

ホームページでもご覧になれます

おかやまコープ

検索

http://okayama.coop/

平和とよりよい暮らしのために

〒700-0026

おかやまコープ

岡山市北区奉還町一丁目7番7号  
 機関運営・広報室

本紙は、毎週、おかやまコープの組合員さんに、一部ずつお配りしております

宅配からのお知らせ

**たべてん便**

生活スタイルに合わせて選べる3つのコース!  
 便利でうれしい、おいしいをお届けします。

お申し込みは1週間単位(月~金・5日間)配達料はかかりません。

まずは1週間の「おためし」でご利用ください。



**おかずコース**

塩分3~4g  
 約400キロカロリー

1人様分  
1日1食

**561円**

(税込価格605円)

2人様分  
1日1食

**520円**

(税込価格561円)

**御弁当コース**

塩分3g以下  
 約500キロカロリー

1人様分  
1日1食

**533円**

(税込価格575円)

2人様分  
1日1食

**492円**

(税込価格531円)

**なごみおかずコース**

塩分4g以下  
 約500キロカロリー

1人様分  
1日1食

**638円**

(税込価格689円)

2人様分  
1日1食

**597円**

(税込価格644円)



※写真はおかずコースの一例です。

ご利用者の声

- 塩分控えめで食品成分の数字が書いてあるので助かるし、安心感がある。(60歳女性)
- 高齢の母に食べてもらいたいと思い利用してみたが喜んでくれたので良かった。(45歳女性)
- 歯が悪くても食べやすく、量も十分。(71歳男性)
- 色んな食材を使っていて彩りも良く、味に丁寧さを感じる。(56歳女性)

★18時ごろまでにお届けします。お届け時間の指定はできません。  
 ★お留守の場合は、専用の「留守用ボックス」に入れてお届けします。

〈販売エリアのご質問や商品のお問い合わせは〉 **たべてん便受注センター** ☎0120-014-899 (月~金曜 9:00~17:00) E-mail: tabetenbin@okayama.coop

お店からのお知らせ

**3/4(日)は ポイント5倍!  
 冷凍食品4割引!**

**3/11(日)**

**ヨーパ創業祭大抽選会開催!**

只今コープ各店では1回のお買物金額1,000円ごとに抽選補助券を1枚配布しております。3/11(日)は抽選補助券5枚で1回抽選が可能です。

特等は**コープの商品券10,000円分** …… 各店2本

チラシのお知らせ

3/1(木)~3/4(日) 「得得の市」  
 「ひな祭りパーティー&卒業のお祝い」  
 3/6(火)~3/8(木) 「春の中華」

~核兵器廃絶へのアクション~

**平和のひろば 2018の案内**

ノーベル平和賞を受賞したICANの川崎 哲さんから  
 核兵器禁止条約のお話を聞いてみよう!

**定員200名  
 入場無料**

**日時** 3月30日(金) 10:00~12:00

**場所** オルガホール(岡山市北区奉還町一丁目7-7)

**お話** 「核兵器をなくすためにできること」  
 川崎 哲(かわさき あきら)さん

**報告** 「最新技術で伝える“原爆の記憶”」  
 広島県立福山工業高校電子機械科計算技術研究部の生徒のみなさん

- 参加申込締切:3月23日(金)
- 託児あり、申込時に合わせてお申込みください。(1歳以上小学生まで。託児料100円)



ICAN  
 川崎 哲さん

お問い合わせ・お申し込み/組合員活動グループ  
 ☎086-256-2570(月~金曜 9:00~17:00)  
 e-mail:kumikatu@okayama.coop

スマホからも  
 お申し込み  
 いただけます



自分のため・家族のための

**新コープ終活セミナー**

**事前申込必要  
 参加無料**

**日時** 3月10日(土)

**場所** オルガホール  
 (岡山市北区奉還町一丁目7-7)

**お申し込み** お電話でお申し込みください。  
 3月9日(金)締切

コープピーアンドエス  
**☎086-256-7244**  
 (月~金曜 9:00~18:00)

**第一部 10:00~12:00**

講師/株式会社いのうえ

**テーマ** 何のためのお葬式? **準備で変わる「お葬式」**

「お葬儀の目的」「ご葬儀の打ち合わせ内容」  
 「必要な公的手続き」「葬儀社の選び方」を学びます。

**第二部 13:30~15:30**

講師/メモリーズ株式会社 横尾将臣氏

**テーマ** 遺品整理人が語ります **遺品整理の現場から見える問題点**

遺品整理の現状を聞くと驚きです。遺品整理、福祉整理の業者さんの選び方で注意する点に分かります。また、独居老人などの社会的な問題、コミュニケーションの大切さを考えさせられます。

たへる・たせつプロジェクト

～商品学習交流会～

## バランス ばっちり 朝ごはん活動報告

11月17日に岡山県漁連の服部水産の金行さん、コープ産直こめたまご生産者の山室さん、JA全農おかやまの太田さんをお招きし安全・安心・美味しいを食卓にお届けするまでの思いやこだわりなどの生の声を聞いて学ぶことができました。また、不足しがちなカルシウム・タンパク質などの栄養を手軽にとれる「ちりめんじゃこ」や「たまご」を使った朝食メニューを提案し生産者、メーカーさんと一緒に美味しくいただきながら楽しく交流ができました。

### 牛窓ちりめん

- ・服部水産では自前で捕獲するため、原料が高鮮度！さらにお手頃価格！
- ・人の手が触れないようほぼ自動で箱詰めまで機械で加工を行っている！
- ・エア式選別機を含む、5段階の徹底した選別を実施！



Theこだわり



### コープ産直こめたまご

- ・コープ産直こめたまご専用配合飼料「愛産マッシュ」！飼料用米、約20%配合。遺伝子組み換えしていない収穫後無農薬のトモロコシ、PHFコーン約29%配合。魚粉と生米ぬかで卵の旨味とコクがアップ、さらに鶏のエネルギー源やミネラル補給効果も。大豆粕、炭酸カルシウムなたね粕、コーングルテンミール、など。

### バランス ばっちり 朝ごはん メニュー

#### ◇スティックおにぎり◇

～具～

- 1) ちりめん、カリカリ梅としそとゴマ
- 2) 鶏そぼろ、鮭フレーク、わさびのり

～試食の感想～

☆スティック型のおにぎりはラップでクルッと巻くだけ忙しい朝やお弁当にぴったりですね！  
☆小さいお子さんでも持ちやすく食べ進めることに味が変わって最後まで美味しくいただきました♡



#### ◇洋風オムレツ◇

～具～

- ・国産野菜のミックスベジタブル
- ・ちりめん
- ・とろけるチーズ

～試食の感想～

☆ちりめんって丸ごと栄養がとれる魚で和風や洋風にも合うんですね！  
☆具たくさんでフワッフワで美味しかった！  
チーズがGood！！



#### ◇お味噌汁◇

～具～

- ・わかめ・豆腐・ねぎ

#### ◇ほうれん草とちりめんの胡麻和え◇



#### アンケートより

- ♡少しの工夫でステキな朝食になりますね(\*´艸`)
- ♡続けられるように頑張ります！
- ♡ちりめんは、イワシ類の稚魚！初めて知りました。
- ♡手軽にバランスの良いメニュー参考になりました！



～ご参加ありがとうございました～

子育てひろば



### 3月のご案内



毎週火曜日  
10:30～12:00  
6日 13日  
20日 27日

- コープ西大寺 2階会議室
- コープ山陽 組合員活動室
- コープ東川原 別棟パル

出入り自由♪無料です♪  
お買い物ついでにお立ち寄りください♪



このページに関してのお問い合わせは エリア事務局 TEL (086) 256-2677 FAX (086) 256-2585

## 2018年度 商品パネル募集

月1回オルガに集まって、商品の調理と試食、意見交換を行い、声を開発商品へ反映させます。

募集人員 24名(年代別に選出) 申込期間 3月5日(月)～3月23日(金)

応募対象 おかやまコープ組合員で、宅配・お店で継続的な利用のある方。

- 申込方法
- お電話、ホームページでお申し込みください。後日「商品パネル応募用紙」を郵送します。必要事項を記入の上、返信していただきます。(FAX可)3月30日(金)必着
  - 二次選考:書類選考で合格の方は、4月9日(月)に味覚テスト等を行います。

- 内容
- ①商品パネル参加者には、活動費2,000円と交通費を支給します。
  - ②託児を行います。(1歳以上)

※商品パネルと商品モニターの重複申し込みはできません。

●お問い合わせ・お申し込み/商品企画 ☎086-296-6415(月～金曜日 9:00～17:00)

## 2018年度 商品モニター募集

個人でも家族でもご自宅で商品開発に参加できる活動です。

募集人員 580人(組合員個人または家族での参加)※家族で参加の場合は2名。

応募対象 おかやまコープ組合員で、宅配を利用いただいている方を対象とします。

申込方法 下記申込書を配達担当者にお渡しください。またはホームページでお申し込みください。

内容 2ヶ月に1回程度モニター商品が届きます。試食し、アンケートを提出いただきます。

申込締切 3月30日(金)必着  
当選者のみハガキで  
4月21日(土)までに連絡します

### 商品モニター申込書

センター名

氏名

◇モニター参加形態に○をしてください。

個人

家族(2名)

組合員コード

3月30日(金)締切  
宅配センター→商品企画 行き