

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



生活スタイルに合わせて選べる3つのコース!

たべてん便

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(5日間・月～金)

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。



※写真はおかずコースの一例です。

こんな方に  
 喜ばれて  
 います

- 高齢の方で毎日のお食事に困りの方
- お仕事をされてお忙しい方
- 普段のお食事で栄養バランスが気になる方

★18:00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



人気No.1  
**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)

くらしと生協  
**まいにち着る服 夏号**

●カタログを無料でお届けします。

カタログが必要な方は、

4月4回OCR注文書

「資料請求など」欄に

注文数「1」と

ご記入ください。



●カタログお届けは

5月3回のお届け

チラシセットにて

(4月30日～5月4日) 予定です。



母の日・父の日・こどもの日  
 ギフトもポイント5倍の対象です。

**4/15(日)は ポイント5倍!**  
**冷凍食品4割引!**

お急ぎください!

- 母の日・父の日ギフトの早期割引は4/15(日)まで!
- こどもの日ギフトの注文締切は4/15(日)まで!

**4/22(日) 開店～夕方6時まで**  
**コープのわくわく大抽選会開催**

1等景品は フードプロセッサ 各店1本

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。4/22(日)は抽選補助券5枚で1回抽選が可能です。

チラシの  
 お知らせ

4/13(金)～4/17(火) 「まんなかの市」「四国フェア」

4/14(土) 4/15(日) 左記2店舗において、本場高知の  
 10:00～16:00 10:00～16:00 職人によるわら焼きかつおたたきの  
 コープ西大寺 コープ大福 焼きたて実演販売を行います。

(公財)おかやま環境ネットワーク

『助成活動報告会』のご案内

～2017年度助成団体からの活動報告会～



日時 **5月12日(土) 13:00～15:00**

活動報告団体とテーマ

会場 **オルガ5階スカーレット**  
 (岡山市北区奉還町1-7-7)

受講料 **無料**

定員 **50名** ※定員を超過し参加いただけない場合のみ連絡します。

申込 **5月7日(月)必着で「助成活動報告会参加申込」とご記入の上、**  
 ①氏名②住所③郵便番号④電話(携帯)番号をFAX・E-mail・郵便にてご連絡ください。

- 特定非営利法人里海づくり研究会  
 「沿岸海域における物質循環促進技術の開発」
- 認定NPO法人共存の森ネットワーク  
 「アマモ場再生で形成される日生の食文化の伝承」
- 岡山理科大学附属高等学校科学部  
 「旭川流域河川の底生動物を利用した水環境調査」
- あかいわ美土里の和 「里山再生プロジェクト」
- 千年の森つくりグループ  
 「豊かな美咲町自然・環境、人づくり」
- おかやまコープ美作エリア  
 「バイオマス産業都市「真庭」に学ぶ環境保全活動」
- つやま演劇教育研究会  
 「演劇を介したクールチョイスの周知・促進」
- あかいわエコメッセ  
 「第19回あかいわエコメッセ(環境企画展)」

●お申し込み/公益財団法人おかやま環境ネットワーク

〒700-0026 岡山市北区奉還町1-7-7(オルガ6階)

Tel/Fax:086-256-2565 E-mail:kankyounet@okayama.coop

くらしの見直し活動

LPAの会 楽しく、学びあい、より豊かなくらし!

くらしの見直し学習会を開催してみませんか!

「教育資金の作り方」「年金」など  
 くらしを見直すうえで大切なメニューを用意しています。

3人以上集まれば、  
 自宅でもどこでも  
 開催できます

あなたにぴったりの  
 学習会がきっとある!

選べる13の学習メニュー!

学習会の時間 60分(質疑応答ありで120分)

お申し込み 開催の2ヶ月前までにご相談ください。

無料



**A** わが家サイズの保障がわかる  
 ～もしもの時、入院の時～

**B** 火災・くるまのイロハ  
 ～自然災害多発!あなたの家の備えは大丈夫?～

**C** [DVDでわかる]意外と多い!自転車事故  
 ～加害者・被害者にならないために。問われる責任・知っておきたい交通ルール～

**D** [乳がん触診キットを体験]  
 知ってみよう!乳がんのこと  
 ～早期発見で守ろう自分のからだ～

**E** 夢をはぐくむ教育資金の作り方  
 ～子どもの夢をかなえるには「いつ必要・いくら必要」～

**F** お金がたまるツボ!(家計術)  
 ～知っているようでわからないお金の事。あなたのお金の貯まる家計術がわかります～

**G** 夢をかなえるマネープラン  
 ～ライフイベント表から見えてくるわが家の未来図～

**H** ハッピーセカンドライフ  
 ～わたし流♪安心して楽しくくらすために～

**I** 知って得する私の年金  
 ～私の年金どうなっている?ねんきん定期便はきたけれど～

**J** 明るい終活のおすすめ!  
 ～自分らしいエンディングを考えるために今、できること～

**K** 介護する側、される側 今知っておきたい社会のしくみ  
 ～1人で悩まない介護元気で暮らすための備え～

**L** タックス(FP3級入門より)  
 ～知って得と役立つ身近な税金の話～

**M** 相続・贈与(FP3級入門より)  
 ～突然やってくる問題に困らないためにわかりやすい相続の話～

おかやまコープ 共済グループLPA(ライフプランアドバイザー)の会事務局 ☎086-256-2522(月～金曜 9:00～17:00)

[CO-OP共済ニュース]

個人情報について

この紙面を通じてお寄せいただく個人情報は、おかやまコープで定める利用目的、規則などに準じて適切に管理、運用いたします。利用目的以外の使用や第三者への開示などは一切行いません。



このチラシは環境にやさしい植物油インキを使用しています

見つけよう!暮らしと生協



## チラシの作り方講座

ふりかえりとすすめ方プロジェクト

～気になるチラシのきまりとマナー～

コ-プ委員会などでチラシを作るときに「どんな情報を載せたらいいかな?」「この表現大丈夫かな?」「見やすいレイアウトってどんなのかな?」など、毎回気になる、よくわからない、ということはありませんか? 皆さんのチラシ作りの手助けになればと、チラシの作り方講座を開催します。基本的にはおかやまコ-プの発行物を対象としたものですが、各種のチラシ作りの参考にさせていただけると幸いです。コ-プ委員以外の皆様もぜひご参加ください。



日時 5月17日(木) 10:00～11:30  
場所 コ-プ西大寺

参加費 無料  
募集人数 50人  
託児 あり(1歳以上) 託児料 100円  
持ち物 筆記用具、お茶



スケジュール	
10:00	開会
10:05	おかやまコ-プ広報物担当の方のお話
11:00	質問タイム
11:15	岡山東エリアからのお知らせ
11:30	閉会

### 託児を申し込まれる方へ

- ・託児は1歳以上、1人につき100円。
- ・開催時間10分前を目安に託児受付を済ませてください。
- ・記名の上タオル、ティッシュ、お茶、着替えを持たせてください。(必要に応じてお昼寝用バスタオル、ベビーカーなどをお持ちください。)
- ・「おもちゃ」「おやつ」は持ち込まないでください。
- ・申し込みの際には「アレルギーの有無」をお知らせいただき、当日はおやつの確認をして下さい。
- ・当日お子さんの体調がすぐれない場合は、お預かりできない場合があります。

申込締め切り 4月27日(金)

### チラシの作り方講座 申込書

申込締め切り 4月27日(金)

お名前	コ-プ委員の方は委員会名	託児 あり(アレルギーあり・なし) 年齢 才 ヶ月 なし	チラシ作りで聞きたいことがあればお書きください
TEL	委員会		

※ご記入いただいた個人情報は厳重に管理し目的以外は一切使用しません。

センター→岡山東エリア事務局

## エリア総代会議のご案内

「エリア総代会議」とは岡山東エリアの2018年度の活動のすすめ方を確認したり、通常総代会議の議案の理解を深める場です。総代さんはもちろん、組合員さんならどなたでも参加できます。

★ 日時：5月7日(月) 10時～12時

★ 場所：オルガホール

- ・総代の方には別途ご案内します。
- ・総代以外で参加希望の方は4月20日(金)17時までに岡山東エリア事務局 086-256-2677にご連絡ください。
- ・託児あります。(1才以上、申込必要)
- ・交通費を用意します。

### 託児を申し込まれる方へ

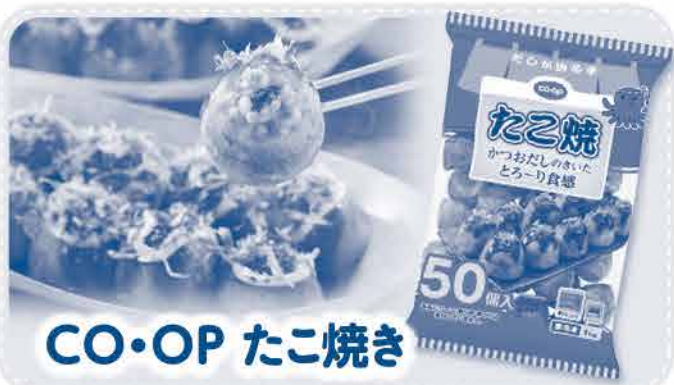
- ・託児は1才以上、託児料1人につき100円。
- ・開催時間10分前を目安に託児受付を済ませてください。
- ・記名の上タオル、ティッシュ、お茶、着替えを持たせてください。(必要に応じてお昼寝用バスタオル、ベビーカーをお持ちください。)
- ・おもちゃ、おやつは持ち込まないでください。
- ・申し込みの際にはアレルギーの有無をお知らせいただき、当日はおやつの確認をしてください。
- ・お子さんの体調がすぐれない場合はお預かりできない場合もあります。

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



2017年度Cコレ総選挙 宅配部門:第10位 店舗部門:第5位

商品ものがたり vol.164



CO・OP たこ焼き

かつおの風味としょうがを効かせ、中はとろ～り、なめらかな食感に仕上げたたこ焼きです。

中はとろ～り、なめらかな食感です。かつおとしょうがの風味がおいしさを引き立てます。かつおだしを使い、風味よく仕上げました。そのままでも、ソースやマヨネーズをつけてもおいしく召し上がれます。おやつや昼食にどうぞ。

レンジでチンするだけなのにフワフワと中がとろける食感でお昼にとても便利です。

### 組合員さんのおすすめの声

春休みや夏休みに子どものお昼にぴったり。手軽で助かります。



岡山市 夏山理菜さん



岡山市 北浦澄美代さん