



1月第2週

2025年1月6日発行

本紙はおかやまコープの  
組合員さんにお配りしております

おかやまコープ 検索

宅配からのお知らせ  
たべてん便

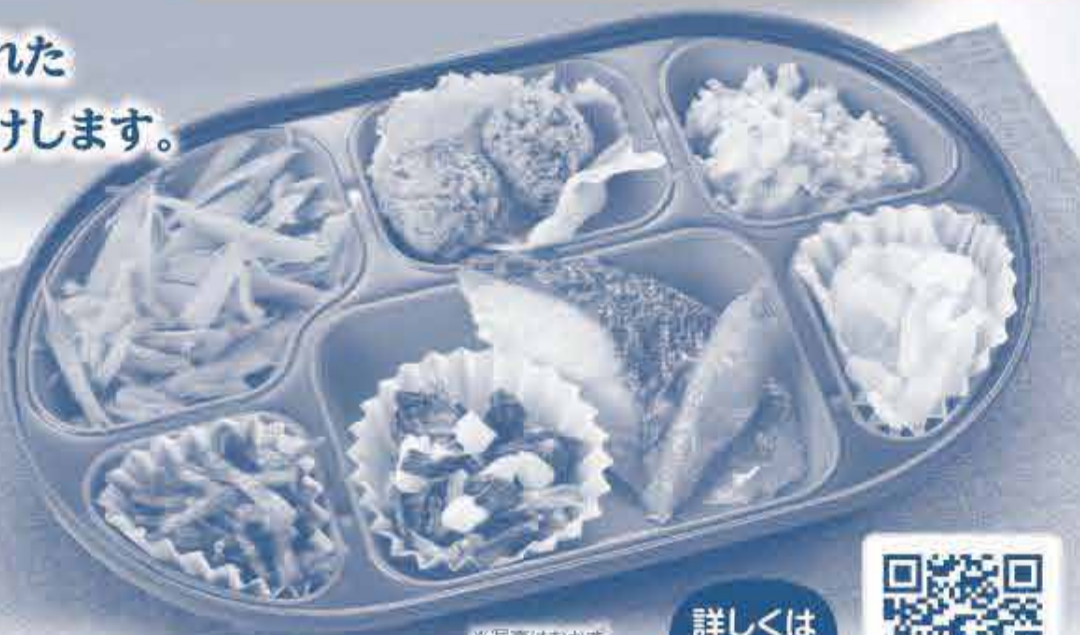
食事スタイルに合わせて選べる3つのコース!

安全・安心、栄養バランスのとれた  
お食事を日替わり献立でお届けします。

週3日間から  
お試し利用できます。

こんな方に喜ばれています

- 高齢の方で毎日のお食事にお困りの方。
- 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。



※写真はほかのコースの一例です。

詳しくはこちら



★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。★配達料不要。  
★一部お届けできない地域がございます。★お留守の場合は、専用の「保冷箱」に保冷剤を入れてお届けします。

〈ご質問・お問い合わせ〉 たべてん便受注センター

たべてん便

検索

☎ 0120-014-899 (月～金曜 9:00～17:00) E-mail:tabetenbin@okayama.coop

## くらしと生協 まいにち着る服 春号

● カタログを無料で  
お届けします。  
カタログが必要な方は、  
1月3回OCR注文書  
「資料請求」欄に  
注文数「1」と  
ご記入ください。



● カタログお届けは  
2月1週のお届けチラシセットにて  
(2月3日～2月7日予定)

お店からのお知らせ  
恵方巻 予約受付中!

今年の恵方は  
西南西

ご予約受付期間  
～1/23(木)まで  
お渡し日2/2(日)

早期割引 50円引き  
本体価格 730円  
(税込参考価格 788円)

早期割引 50円引き  
本体価格 800円  
(税込参考価格 864円)

早期割引 1/16(木)までに  
ご注文いただくと

喜怒哀楽 上巻寿司  
本体価格 780円 (税込参考価格 842円)

魚系フーズ 貝だくさん海鮮サラダ巻  
本体価格 850円 (税込参考価格 918円)

上記商品のみお買上げでそれぞれ  
コープポイント+50プレゼント!

上記は一例です。詳しくはコープ各店に置いてあるチラシを  
ご確認ください。また、恵方巻のご予約はコープ各店のサー  
ビスカウンターへ商品代金を添えてお申し込みください。

1/12(日)・13(月)物B  
2日連続 ポイント5倍!

1/12(日)B  
今ついでに価格  
よりさらにお得な  
冷凍食品 2割引!

1/15(水)B コпка特典  
2倍チャージデー!

休業のお知らせ

コープ総社東の  
コープ総社東およびコープ総社東に入店しているテナント各店は、2023年8月の火災以降、休業  
しております。あわせて、会議室などの店舗施設やサービスのご利用も中止しております。  
長期間にわたり皆さまにご不便とご心配をおかけしておりますことを、心よりお詫び申し上げます。  
皆さまのご協力のもと、既存の建物解体工事は計画通り進んでおり、12月中旬での終了を予定して  
おります(紙面作成時点)。今後は、各種申請及び建物建設の準備を進め、2025年秋の営業再開を  
目指してまいります。  
新店となるコープ総社東は皆さまのご期待に応えるべく、くらしに欠かせない生鮮食品の品揃え  
をさらに充実させ、人気のコープ商品や地域産品を積極的に取り入れ地域に密着したより快適に  
お買い物を楽しんでいただける店舗を目指します。  
今後の営業再開等の情報は、ホームページや機関誌「くらしとなかま」等でお知らせしてまいります。

## 今、岡山に自然史博物館を～自然の再生を考える～

(公財)おかやま環境ネットワーク

ふるさと岡山の生き物や自然は県民共通の財産です。これまで採取された標本や地域の自然情  
報を残し、未来に引き継ぐことが急務となっています。自然史博物館の意義を学び、設置の必要性  
について考える機会として3回連続の学習会を開催します。

- 企画
- ① 岡山の動物や昆虫たちから必要性を考える 11月24日(日) **終了**  
● 講師 / 小林秀司氏(岡山理科大学教授)、中村圭司氏(岡山理科大学教授)
  - ② 岡山の植物と淡水魚から必要性を考える 12月14日(土) **終了**  
● 講師 / 沖陽子氏(岡山県立大学学長)、江木寿男氏(岡山淡水魚研究会)、他
  - ③ 生物から学ぶ科学と自然史博物館構想 1月26日(日) 13:00～15:30  
● 講師 / 藤崎憲治氏(京都大学名誉教授)、齋藤達昭氏(岡山理科大学教授)

会場 オルガ会議室 スカーレットAB 定員 各回40名(先着順) 参加費 無料  
(岡山市北区奉還町一丁目7-7)

申込 企画名、参加者の氏名・郵便番号・住所・携帯電話  
番号・メールアドレスをご記入の上、1月22日(水) **要申込** **こちら**  
までにメールかFAXで事務局へ。 **から▶**

●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 岡山市北区奉還町一丁目7-7(オルガ6階)  
E-mail:kankyounet@okayama.coop 携帯電話:070-2355-1420

※お寄せいただく個人情報は当財団の事業案内以外での使用や第三者への開示などを行いません。

## 令和6年能登半島地震及び能登豪雨災害募金に ご協力ありがとうございました



募金  
総額 **15,809,551円**  
が寄せられました。

\* 前回の募金は26,789,137円、  
今回の募金と合わせて42,598,688円が寄せられました。

寄せられた募金は、日本生活協同組合連合会を通じて  
義援金としてこの地震及び豪雨で被害を受けた方の  
生活再建や、支援金として被災地の被災者支援活動等に  
活用されます。

### 能登半島地震支援

「能登の組合員家庭にメッセージ&プレゼントを贈ろう!」

「コープいしかわ」より全国の生協  
に協力の呼びかけがあり、今回の  
募金を活用し「コープいしかわ」  
の被災された組合員家庭に、「恩納  
村産もずくスープ」と「瀬戸内レモン  
のレモネード」100セットを皆さん  
から寄せられたメッセージカードと  
一緒に贈りました。



組合員からいただいた  
温かいメッセージカード。



12月末から1月初旬ごろに対象の  
組合員家庭へお届けされる予定です。

ウィークリーコープ作成委員会 (チーム東岡山)

## 「もしも」の備えどうしてる? ～気になる「防災食」食べてみました～

ある日突然起こる災害!  
ニュースで見ると急に気になる我が家の備え...  
さて...今回チーム東岡山がやって見たのは...



### 試食の感想

生姜がよく効いていて、くさみもなく味が良くしみていました。思っていたより具材が大きく普段の夕食でも使えそう!美味しかったです。

お湯を入れて15分でちょうど良い固さのご飯ができました。わかめたっぷり、だれでも安心して食べられる味です。お茶碗2杯分入っていて、満足できる量でした。

中にパンが2つ入っていて食べやすい大きさ。デニッシュとバターの香りにいやすれます。このクオリティで3年保存はすごい!

|                      |          |  |
|----------------------|----------|--|
| 商品名<br>(保存期間)        | メンバーの評価☆ |  |
| トロトロねぎの塩麹チキン (3年)    | ☆☆☆☆☆    |  |
| ぶり大根 (3年)            | ☆☆☆☆☆    |  |
| あたためないカレー職人 (5年6ヶ月)  | ☆☆☆☆☆    |  |
| α米 わかめごはん (5年)       | ☆☆☆☆☆    |  |
| α米 山菜おこわ (5年)        | ☆☆☆☆☆    |  |
| 缶deポローニャ (プレーン) (3年) | ☆☆☆☆☆    |  |

ネギも鶏肉も柔らかく味付けも美味しかったです! ローリングストックにおすすめの一品!

植物性油脂を使用しているため、ルーがさらっとしていて温めなくても美味しく食べられます。具もしっかり入って、通常のカレーと比べても遜色ない美味しさです!

ごはんがベチョっとすることなく美味しかったです。説明書通り15分待って食べてみましたが少し固めの部分があって、少し長めに待ってもいいのかな?と思いました。

### まとめ

長期保存のレトルト食品やα化米のご飯などの防災専用商品は、どれも思っていたより美味しく日常のおかずとして食べるにも十分!でも、家族人数分そろえるには、コストが厳しいかな?という感想を持ちました。防災食+日常よく食べるインスタント食品や菓子類、野菜ジュースなどを家族の形に合わせた「ローリングストック」として備えるのが良いと感じました。



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 (月～金曜9:00～17:00)

## 商品セミナー講師をやってみませんか!!

- 名称** 商品セミナー組合員講師
- 内容** コープ委員会等(組合員)が主催する「商品セミナー」へ講師として参加します。2～3時間程度で、下準備・商品説明・「たべる・たいせつについて」のワンポイントアドバイスを行います。
- 講師料** 活動費(講師料)と交通費実費
- 資格**
  - おかやまコープ組合員の方
  - 栄養士の方
  - 自家用車で県内各会場へ参加可能な方
  - 月1回程度の研修会や学習交流会に出席可能な方

商品  
セミナー  
って何?

おかやまコープではコープ委員会等(組合員)のみなさんが「商品をテーマに何かやってみよう」「商品についてここがもっと知りたい」といった活動に取り組んでいます。そのひとつ、コープ商品について学ぶ場として「商品セミナー」を開催しています。



### 応募方法

下記まで電話でお申し込みください。後日、説明会の日程をお知らせします。  
お問い合わせ・お申し込み / おかやまコープ 商品企画 守屋  
☎086-296-6415 (火～金曜10:00～14:30)  
※不在の場合は留守番電話になります。折り返しますので、伝言を残してください。