



5月 第2週

2026年5月11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

お相手がコープの宅配をはじめると

お相手も!
 〈お買い物2,000円分〉
2,000pt
 ポイントもらえる!

あなたも!
 〈お買い物2,000円分〉
2,000pt
 ポイントもらえる!

お申し込みは

右の二次元コードから
紹介フォームにご入力いただくか、
下記問合せセンターへご連絡ください。



コープの宅配、
使っていない?

職場の仲間
ご近所お友達も
対象です!

ご家族・ご親戚も対象!

宅配紹介特典

おかやまコープ未加入の方で、宅配をご利用される方限定となります。組合員と同一生計の方はご利用いただけません。

生活協同組合おかやまコープ 問合せセンター

☎ 0120-662-538

受付時間 月～金曜8:30～20:00 土曜9:00～17:00

https://okayama.coop/ おかやまコープ 検索

くらしと生協 冊子 盛夏号

●カタログを
無料で
お届けします。
 カタログが必要な方は、
5月4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
6月2週のお届けチラシセットにて
(6月8日～6月12日予定です)

お店からの
お知らせ

5/17(日)は

キッチンフェアも対象!
ポイント5倍! 合計10倍!
 コプカ払い分でさらにポイント5倍!
 今ついている本体価格より
冷凍食品 20% OFF!

ヨーヨー商品大試食会 開催! 10:30～12:30 各店なくなり次第終了
 14:30～16:00 ぜひこの機会にコープ商品の
味をお確かめください。

キッチンフェアのお申し込みは
6/7(日)まで!

漬け込み 材料、瓶等、各種取り揃えて
おりますのでコープ各店へ
是非お出かけください。

コープ総社東 建設状況に関するお知らせ

2023年8月の火災以降、コープ総社東の営業休止により、組合員の皆様には長期間にわたり多大なご不便と
ご心配をおかけしておりますことを、深くお詫び申し上げます。

2025年10月に提出いたしました大規模小売店舗立地法に基づく新設届につきましては、2026年3月を
もって所定の手続きが完了いたしました。今後は、建物完成後の各種行政審査に向けた
準備を進めてまいります。

建物本体の工事は、計画通り順調に進行しておりますが、新規オープン時期延期の
原因となった受変電設備の入荷・設置時期に合わせ、内外装や仕上げ等の工程を柔軟に
調整しながら工事を進めております。

また、受変電設備については、無事に調達先の目処が立ちました。設備の入荷日等を
確定させたのち、それに沿った建設スケジュール組み立て、オープン予定日のご案内が
できるように進めていきます。

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。

コープ総社東の
公式Instagramは
こちらから▼



世界最大級の大スペクタクル

スーパーミラクルイリュージョン

木下サーカス

前売券で
お買い得!!

期間 2026年6月27日(土)～9月27日(日) ●休演日がございます。
 場所 JR北長瀬駅東800m 岡山ドーム東隣特設会場 (詳しくはホームページにて)

ご注文方法 5月4回(5/18(月)～5/22(金)提出)の注文書にてご注文ください。

自由席 前売り券 ●おとな 注文番号 003001 3,600円(税込)
 組合員割引の前売券価格 ●子ども 注文番号 003002 1,800円(税込)
 1枚に当日券 おとな900円 (3才～高校生) ※コープピーアンドエスでは「大学生・専門学校生」の取り扱いはありません。
 つき よりも 子ども700円おトク

翌々週 6/1(月)～6/5(金) ●チケット注文後、キャンセル・返品・交換できません。
 お届け 宅配商品と一緒にお届けします。 指定券の 購入方法

●お問い合わせは (株)コープピーアンドエス ☎ 086-256-7244 月～金曜 9:00～18:00

(公財)おかやま環境ネットワーク

ホタルが飛翔する季節になりました。里山へ観察に出掛けてみませんか?

① なたさきホタル観察会

●種類: ゲンジ&ヘイケ 要申込
 集合場所でホタルの生態を学んだあと、歩いて
移動します(往復で約4km)。奥迫川で小休止の
後、解説を受けながら観察します。
 日時 5月31日(日) 18:00～21:00(予定)
 集合 岡山市灘崎公民館迫川分館
 (岡山市南区迫川1873-1)
 定員 20名、小学生以上
 (未成年者は保護者同伴) 締切 5/24(日)
 参加費 無料

② 岡山村田製作所・ホタル観察会

●種類: ゲンジ 要申込
 養殖したゲンジの幼虫をピオトープに放流
しています。上陸状況等から、直前に中止する
場合がございます。
 日時 6月6日(土) 19:30～21:00(予定)
 集合 岡山村田製作所ピオトープ
 (瀬戸内市邑久町福元77)
 定員 100名、小学生以上
 (未成年者は保護者同伴) 締切 5/31(日)
 参加費 無料

③ 大野川ホタル観察会

●種類: ゲンジ 要申込
 調査方法の説明を受けた上で、
みんなで飛翔数をカウントします。
 日時 6月13日(土) 19:00～21:00(予定)
 集合 大野公会堂
 (岡山市北区御津大野)
 定員 30名、小学生以上
 (未成年者は保護者同伴) 締切 6/7(日)
 参加費 無料、お弁当[要申込]ご希望の
場合700円/食

④ 蛭遊の水辺・由加ヒメボタル観察会

●種類: ヒメボタル 要申込
 県南でも陸生のヒメボタルがたくさん見られる場所です。飛翔が
始まる時間が遅くなります。途中でお帰りになられても結構です。
 日時 6月27日(土) 19:00～22:00(予定)
 集合 蛭遊の水辺・由加(倉敷市児島由加347番地)
 定員 30名、小学生以上
 (未成年者は保護者同伴) 参加費 無料 締切 6/21(日)
 ◆主催: (公財)おかやま環境ネットワーク

ご案内のみ 山南ホタル祭り ●種類: ゲンジ&ヘイケ
 日時 6月6日(土) 18:30～20:30(予定)
 会場 西大寺一宮公園(安仁神社に駐車して会場まで徒歩約15分)

抽選 応募者多数の場合は抽選(おかやま環境ネットワーク個人会員を優先)。抽選結果はメール等でご案内致します。

申込 締切日までに、企画名、代表者の氏名・年齢・郵便番号・住所・携帯電話番
号・メールアドレスと同行者全員の氏名・年齢、お弁当申込数(企画③のみ)
をご記入の上、Eメールで環境ネットワークまでお申込ください。

その他 小雨決行(強風時や警報発令時は中止)。
ただし、企画③は、5月22日までに中止
判断しメール等でご連絡する場合がございます。

●お問い合わせ/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
外の使用や第三者への開
示などを行いません。

CO・OP商品 de らくらく 朝ごはん

和食編

朝ごはんは大切！でも、時間がな～い！！
忙しいけど、栄養バランスも気になるみなさん
コープ商品でらくらくメニューはいかが？！

朝からちゃんと元気卵！ コープ産直こめたまご

良い環境で育った元気な鶏から
生まれたたまご
飼料用米も食べて育っているよ。
黄身も白身もプリッとおいしい！
安心して食べられるので
卵かけごはんにもピッタリ！！



GOOD!!

たまご焼き、ゆで卵
めだま焼きにも

朝からちゃんと豆！ 岡山県産大豆納豆

岡山県産大豆100%
粒がしっかりしていて、かむとちゃんと
豆の味がします。やわらかいだけじゃない
「ちゃんと食べている！」感じのある納豆です。



そのままシンプルに！
青ネギ+ラー油、のり、ちりめんじゃこ
とりもぼろを混ぜ込んで
色々味変も楽しもう！ GOOD!!



朝からちゃんとだし！ だし入り醤油これ1本

これ1本で朝ごはんの旨みがレベルアップ
かつお・こんぶ・あごの合わせだしと
美味しい醤油のうまみがぎゅっと
詰まっています、ふわっと優しい甘み

しかも！科学調味料不使用で安心
おひたしにさっと、卵かけごはんにもひとたらし
朝ごはんの味つけは おまかせこれ1本！



GOOD!!

丼物、煮物、うどんや
お鍋のだしにも！

朝からちゃんとぽかぽか！ 簡単 トマト納豆丼

＜材料＞
納豆 1パック
だし醤油 小じい
水 50cc
たまご 1こ

＜作り方＞
① 鍋に水、だし醤油、納豆、添付のタレを入れ火にかける(中火)
② たまごを割り入れておく
③ ①があたたまったら、②を加え、軽くひとまぜしたら火をとめて、ごはんのせる。

お好みで
のり・青ネギを
のせるとおいし
UP分 GOOD!!



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)



私の推コレ! 人気投票

下ごしらえ不要で時短調理!
そのまま使える人気の大豆ドライパック。

商品ものがたり



コープ 大豆ドライパック

人気の秘密

下ごしらえ不要、
缶(袋)を開けたら
そのまま使える!
缶を開けてそのまま使える
ので調理時間も短縮。大豆
の水分を使って真空状態で
蒸し上げているので、豆その
もののうま味、ホクホクと
した食感が楽しめます。

素材本来の風味や食感が
楽しめる、ドライパック製法!
素材を缶に詰めて中の空気を抜き、高真空
状態にしてから高温の蒸気で蒸し上げる
のが「ドライパック製法(缶)」。通常の水蒸
のように水を加えないため、「ドライ」とい
う呼び方をしています。素材本来の風味・
食感が楽しめるのが、ドライパックの魅力
です。

組合員さんのおすすめの声

大豆ドライパックと豆腐とドライ
ひじきをマヨネーズ、めんつゆ、
すりごまと合わせると簡単にサラダ
も作れるので常にストックしてい
ます。



真庭市
元島さん