

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 岡山市北区奉還町1丁目7番7号  
**おかやまコープ** 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** 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。



**人気 No.1 Tabeten-Bin**

**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)

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  
 ●普段のお食事でも栄養バランスが気になる方。  
 ※写真はおかずコースの一例です。

★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

**くらしと生協**  
**まいにち着る服冊子 秋号**

- **カタログを無料でお届けします。**  
 カタログが必要な方は、**8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  
 9月2回のお届け  
 チラシセットにて**  
 (8月28日～9月1日) 予定です。
- 

**お店からのお知らせ**

**8/12(土)・8/13(日)は  
 2日連続 ポイント5倍!**

**8/12(土)～8/14(月)の3日間は  
 全店 あさ9時より営業いたします**  
 お盆のごちそうや手土産等のお買物はぜひコープのお店で!

チラシのお知らせ  
 8/11(金)～8/14(月) 「お盆のごちそう」  
 8/15(火)～8/17(木) 「涼味、簡単・お手軽メニュー」

**かしこく暮らす  
 処方せん保障の  
 個人相談会**

わが家にあった保障に、見直ししてみませんか?  
**相談無料**  
**要予約**

相談の時間 一人あたり50分  
 お申し込み 相談日の1週間前までにご予約ください。(受付は先着順です)



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]


会場	日程	
オルガ	9/20(水)	10/18(水)
コープ大野辻	8/24(木)	9/9(土)
コープ西大寺	8/21(月)	9/2(土)
コープ北畝	8/19(土)	8/22(火)
コープ東川原	9/15(金)	10/27(金)
コープ福富	8/19(土)	9/13(水)
コープ大福	8/26(土)	9/15(金)
コープ総社東	8/19(土)	9/14(木)
コープ倉敷北	8/19(土)	8/22(火)
コープ鴨方	8/19(土)	9/14(木)
コープ林田	8/21(月)	9/9(土)
コープ山陽	9/2(土)	9/13(水)
真庭センター	8/21(月)	9/11(月)
井原センター	8/22(火)	9/26(火)
新見センター	9/12(火)	10/10(火)

**おかやまコープは「被災地を忘れず、震災を風化させない」ために、被災者に寄り添った活動を続けます。**

**災害復興支援・応援積立**


『商品ご利用1点につき1円支援』の取り組みにご協力ください。  
 (積立期間:2017年4月1回～9月4回)

宅配商品カタログ「デリコ」の表紙に掲載されている商品をご利用いただくと、1点につき1円が積み立てられます。積み立てられた支援金は、東日本大震災復興支援を含め、多発する自然災害の復興支援に広く役立てられます。



**2016年度の積立金の支援先のご紹介**

福島県生協連は、原発事故で外遊びができなくなった福島の子どものために、のびのびと野外活動ができる機会をつくる「福島子ども保養プロジェクト「コヨット!」」の取り組みをすすめています。



▲自分たちで竹を割り、器や箸を作りました。  
 ▲さまざまなご当地そうめんを楽しみました。

取り組みのなかに、震災後に外遊びを制限されて育った小学生を対象に、地元の森林組合やプレーワーカーズと連携して、森の中で自由に遊びを創造する子ども遊び塾というのがあります。7月初旬に流しそうめんの企画があり、おかやまコープから「加茂川手延べそうめん」をご当地そうめんとして提供しました。



## 知っ得café OPEN♡

参加費  
100円

お子様  
参加可。

食料は  
いろいろ。  
ドライフラワーや  
エアークラッシュを  
入れてみてね

今回作る  
『ヒンメリ』とは



フィンランドの伝統的な  
装飾品で、別名  
「光のモビール」とも  
言われ、麦わらに糸を  
通して作られたものだ。  
今回は身近にある  
ストローを使って、基本の  
形を作りまわ。お楽しみ。



お名前 \_\_\_\_\_

tel ( ) \_\_\_\_\_

井笠エリア事務局行き

申込書は、西配送担当 または  
コープ甲陽サービスカウンターまでお持ちください。

ご記入いただいた個人情報は厳重に管理し、各種企画の  
ご案内などおかやまコープからの連絡に使用いたします。

- 〈日時〉 9月4日(月) 10時～12時
- 〈場所〉 美の浜バスセンター (笠岡市美の浜5)
- 〈持ち物〉 毛糸のとび金+ (なくても可) はさみ・定規
- 〈内容〉 ヒンメリづくりとおしゃべりパーティ-商品の試食

みなさんに伝えたい  
ちょっと  
イイ話

## びっくり!! 変身レシピもご紹介。

生協の職員さんから教えてもらったレシピもご紹介!  
COOP商品も、いつものちょっと違った作り方で食べてみるのもいいですよ♡

### COOP 長山崎風ちゃんまん

#### かき 変身! 土塩焼きそば風に!

【食分】  
【作り方】① フライパンに油大さじ1杯ひき  
凍ったままの麺を、具材を上にして強火で2~3分。

- ① 麺に きつね色のこげ目がついたら、裏返す。
- ② 水60ccを入れ、フタをして中火で3分30秒。蒸し焼きする。(2食は90cc)
- ③ フタをあけて、水分がなくなるまで火の弱め、スープを袋の1/2~1/3位入れる。  
とじ完成!!

作ってみましたー!  
麺がとっってももちもち。塩味がしかり  
麺にしみ込んで、暑い夏にオススメ。とってもおいしかった  
ので♡ 野菜をプラスしてもいいかな?!



### COOP 大豆ドライパック 変身

#### かき 甘系内豆に!

【作り方】

- ① 大豆を平皿に入れて、  
石臼糖をまぶして  
軽くまぜる。
- ② ラップをせうに  
レンジで2分  
チンに完成!

ちょっと聞いてみる  
初めまして  
マダム。O.S.です。  
大豆で作った甘系内豆  
食べてみました...  
おやつ感覚で食べて、  
大豆の甘さより感じるおいしさ。  
今度のほうがおいしかったデス。

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

## CO-OP ブラジル産コーヒーを100%使用したチルドタイプのアイスコーヒー

## 商品ものがたり vol.138



CO-OP  
アイスコーヒー(加糖・無糖)

酸味と苦みのバランスを考え、ブラジル産のアラビカ種とロブスタ種をブレンドしたコーヒー豆を、アイスコーヒーによく合う深煎り焙煎にしました。甘さ控えめの加糖タイプと、ほろ苦いコーヒー本来の味わいが楽しめる無糖(ブラック)。お好みに合わせてお召し上がりください。

おいしさの秘密

- 湿気や酸素を通しにくい材質で、輸送の際の衝撃にも強い、6層構造のバリア紙容器を採用。賞味期限40日とおいしさが長持ちします。
- コーヒー濃縮エキスの状態で輸入し、国内の工場希釈しています。今回、コーヒー豆の使用量(生豆換算)を増やしましたが、エキスの場合増やし過ぎると滅菌時に「こげ臭」が発生する可能性がありますので、何度も何度も試作を重ね、コーヒー豆の量を微妙なバランスで増やしました。

### 組合員さんの おすすめの声

クセがなく、おいしいです。カフェオレにした子どもが喜びます。  
★総社市/城内淳子さん

アイスコーヒーがこんなに手軽に低価格で楽しめるなんて!しかも美味しいです。  
★笠岡市/采女景子さん

いつも無糖を注文します。他のメーカーのものより後味がすっきりしていて大好きです。  
★岡山市/上野たかえさん