

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

岡山県北區奉還町一丁目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

核兵器をなくすためにわたしたちにできること ヒバクシャ国際署名へのご協力、ありがとうございます。17,931筆が寄せられました。(7/13現在)

# 「ヒバクシャ国際署名」に引き続きご協力ください

「ヒバクシャ国際署名」は、誰にでもできる核兵器廃絶の取り組みです。この署名は、年齢、国籍等問わず、趣旨に賛同いただける方ならどなたでもできます。

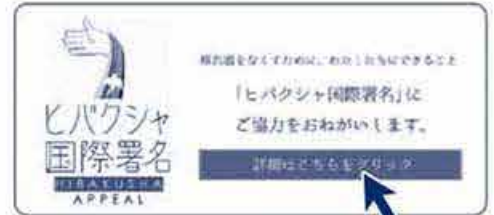
署名用紙は、宅配の地域担当もしくは、店舗のサービスカウンターにお申し出ください。

お問い合わせ／組合員活動グループ  
 ☎086-256-2570(月～金曜9:00～17:00)

署名提出期限  
 8月31日(金)

## インターネットからも署名できます

●パソコンは「おかやまコープホームページ」の右のバナーからアクセスできます。



●スマートフォンはこのQRコードからアクセスできます。



ここをクリック

※署名用紙をダウンロードできます。

お店からのお知らせ

8/5(日)は **ポイント5倍!**  
**冷凍食品4割引!**

### お盆の営業時間のお知らせ

8/12(日)～8/14(火)の3日間  
 全店 あさ9時より営業いたします。

8/11(土)・12(日)は  
**2日連続ポイント5倍!**

お盆のごちそうや手土産等、ぜひコープのお店をご利用ください。

チラシのお知らせ  
 8/4(土)～8/6(月) 「夏休みのスタミナごちそう」  
 8/7(火)～8/9(木) 「涼味」

## 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	9/19(水)	10/17(水)
コープ大野辻	8/23(木)	9/8(土)
コープ西大寺	8/20(月)	9/1(土)
コープ北畝	8/25(土)	8/28(火)
コープ東川原	8/17(金)	9/21(金)
コープ福富	8/18(土)	9/12(水)
コープ大福	8/17(金)	8/25(土)
コープ総社東	8/18(土)	9/13(木)
コープ倉敷北	8/18(土)	8/21(火)
コープ鴨方	8/18(土)	9/13(木)
コープ林田	—	—
コープ山陽	9/1(土)	9/12(水)
真庭センター	8/20(月)	9/10(月)
井原センター	8/28(火)	9/25(火)
新見センター	9/11(火)	10/9(火)

宅配からのお知らせ

## 班配・個配ご利用の組合員様へのごお願い

注文書類の「生協への提出物」とリサイクルする「資源物」は混ざらないようにご協力をお願い致します。

いつも生協のご利用ありがとうございます。毎週ご提出いただいております。注文用紙、ギフト用紙等、各種申し込み用紙については、「OCR注文書・提出物専用ケース」に入れた上で、リサイクル回収物と分けてご提出いただけますようお願いいたします。

※注文書以外の提出物については「組合員様控え」または「お預かり証」をお渡ししています。

### 注文書提出物専用ケースに入れていただきたい物



### リサイクル・リユース回収をしている資源物



※「たまごパック」は、班配・個配でご購入いただいた商品に限りです。



## 知り得café in 鴨方のご報告

大人  
1890  
参加

6月29日(金)コープ鴨方にて知り得caféが開催されました。CO-OP商品を使った変身レシピは、ほとんどの方が初体験。どれも簡単にできるものばかりで、「家でもやってみよう!」との声も多数あり、みんな楽しく作りました。



甘納豆に変身!!

### 参加者の声

- ・目からウロコでした。パスタはお弁当に使いたい
- ・蒸しパン、チーズが交わっておいしい。ポリ袋クッキング賞えま。
- ・パスタ、モチモチでした。ゆで時間も考えたら時短でエコですね。
- ・大豆の甘納豆は初めて。
- ・蒸しパン、夏休みのおやつに作ってあげたい。

### ドライパスタの大豆は

大豆にグラニュー糖をまぶしてレンジでチン。(500wで2分くらい)きなこ味、抹茶味などアレンジ自在

### 焼きそば麺は



パスタに変身!!

### 《焼きそば麺 de パスタ》

1. 焼きそば麺(2玉)を500wで2分レンジでチンします
2. フライパンにオリーブオイル(大)を入れ、1.を入れ、白ワイン(大)をぶひかす、炒める。
3. CO-OPポトベ(パスタソース)1袋を加えて炒める。オースティン(大)を加える
4. お好みでフライドガーリック、粉チーズなどをふりかける



この商品で作ってみました



おもしろい!!撮影する人もいっぱい!

### ホットケーキミックスは

ポリ袋クッキングで作りました



蒸しパンに変身!!

作り方が気になるアタマ...  
レシピはこちら↓

### 《ホットケーキミックス de 蒸しパン》

1. 高密度ポリエチレンのポリ袋に卵1と牛乳60ccを入れ、よく混ぜる。
2. 1.にホットケーキミックス1袋(135g)を入れて混ぜる。
3. 2.にCO-OP新410種のシックスベジタブル(大4)×5mm角に切ったベビーチーズ(1=6)を加えて混ぜる。
4. 3の空気を抜いて、上の方で結んで全体を平らにする。
5. 沸とうした鍋に入れ20分経ったら、ひっくり返して、さらに20分ゆでる。

## 『里海』生誕二十周年記念シンポジウムのご案内

〈日時〉 8月25日(土) 9時～17時

〈場所〉 備前市立日生市民会館

〈参加費〉 無料 〈申し込み×切〉 8/17(金)

### 〈FAX・メール・郵送でのお申し込み〉

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  
TEL・FAX 086-256-2565/携帯070-2355-1420  
E-mail kankyounet@okayama.coop  
詳しくはおかやまコープホームページをご覧ください

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

〈夏休み企画〉  
生協牛乳・低脂肪牛乳にまつわる

## 「川柳」絵日記募集中!!

多くの組合員のみなさまから支持されている「生協牛乳」「低脂肪牛乳」を題材にした「川柳」絵日記を募集します。エピソードや思いなどを、「川柳」や「絵日記」にしてみませんか?たくさんのご応募をお待ちしています!

募集要項 ①「川柳」部門(中学生以上)▶応募はお一人様3点までとします。 応募締切:8月19日(日) 結果発表 9月14日(金)までに入賞者に郵送で連絡します

募集対象 おかやまコープの組合員とご家族ならご家族でも可。

賞 ①②各部門それぞれ 金賞▶各1点、松崎牧場ジェヌイノゼラートセット5,000円相当 銀賞▶各1点、オハヨー乳業商品セット3,000円相当 銅賞▶各1点、コレ商品詰め合わせ2,000円相当 優秀賞▶各10点、おかやまコープ商品券1,000円

応募方法 ①「川柳」部門▶右記の応募用紙、またはホームページからお申込みください。 ②「絵日記」部門▶応募作品は配送担当者、店舗サービスカウンターにお渡しください。もしくは、下記まで郵送でご応募ください。用紙は応募者ご自身でご用意(用紙サイズ・形状は自由)いただくか、指定の「絵日記用紙」(おかやまコープホームページ・各店の牛乳売場に設置)をご使用ください。

お問い合わせ・応募先 おかやまコープ 商品企画 〒701-0296 岡山市南区藤田564-178 tel.086-296-6415

〈夏休み企画〉生協牛乳・低脂肪牛乳にまつわる 「川柳」応募用紙

氏名 \_\_\_\_\_ ペンネーム \_\_\_\_\_

組合員コード \_\_\_\_\_ 電話番号 \_\_\_\_\_

作品 ① \_\_\_\_\_

作品 ② \_\_\_\_\_

作品 ③ \_\_\_\_\_