

ホームページでもご覧になれます

おかやまコープ

検索

<https://okayama.coop/>

平和とよりよい暮らしのために

おかやまコープ

おかやまコープ

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

おかやまコープは、西日本豪雨で被災された方に寄り添い、一日も早い復旧・復興に向けて支援を続けてまいります。

宅配からの
 お知らせ

生協の冬ギフト

カタログ掲載全品
 配送料・
 フール代込み

「早期割引」受付中!! 早めのご注文が
 とってもお得!

保存版カタログ
 無料配布中

おすすめ
 商品は
 コチラ!



冬のフルーツ3種セット
 早割(本体)価格5,940円
 通常(本体)価格6,600円/カタログ2頁

千屋牛モモ
 うす切り 500g
 早割(本体)価格4,880円
 通常(本体)価格6,100円/カタログ2頁

早期割引 班配・個配・コープステーション... 11月30日(金)
 店舗 12月 2日(日) 承り分まで

*カタログ・注文書は配送担当者またはサービスカウンターまでお申し付けください。*冬ギフト専用の注文書でご注文ください。

くらしと生協 厳冬号

● **カタログを無料でお届けします。**

カタログが必要な方は、
11月1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
 11月4回のお届け
 チラシセットにて**
 (11月12日～11月16日予定です)



お店からの
 お知らせ

10/28(日)は ポイント5倍!

コープ林田10/25(木) あさ 9:30
改装オープン予定!

新しくなったコープ林田の「生鮮食品」は「鮮度」「品質」「美味しさ」を
 今まで以上に充実させます。
 これまでと同様にご愛顧いただきますようお願い申し上げます。
 職員一同、心より皆さまのご来店をお待ちしております。

クリスマス・迎春予約注文受付中!

チラシの
 お知らせ 10/23(火)～10/25(木) 「イタリアンフェア」
 10/26(金)～10/30(火) 「ハロウィンパーティー」

(公財)おかやま環境ネットワーク

(株)岡山村田製作所ビオトープ観察会

紅葉のシーズンに県内トップクラスのビオトープを訪れてみませんか?

日時 **11月17日(土)** 下記の①か②からお選びください。

① 8:45集合～10:30終了 ② 10:15集合～12:00終了

集合 株岡山村田製作所(瀬戸内市邑久町福元77)の北西側駐車場

定員 30名 参加費 無料

応募対象 小学生以上(未成年は保護者同伴)

*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

*参加の可否は郵送でご連絡(当選者には詳細案内を郵送)

申込 参加希望時間帯(①か②)、代表者の①氏名②住所③電話番号④参加者全員
 の氏名・年齢を、FAX、Eメール、郵送のいずれかで**11月2日(金)まで**にお申込
 ください。応募状況により、時間帯の変更をお願いする場合があります。
 ご了承ください。

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

*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は行いません。

くらしの見直し活動

LPAの会 楽しく、学びあい、より豊かな暮らし!

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の?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 ☎086-230-6303(月～金曜 9:00～17:00)

[CO-OP共済ニュース]

ラッココープ実行委員会 子どもにおすすめ 朝食ごはん 申し込み

少の工夫で朝食作りがラクちゃんに
調理したい〜
学習やゲームも
交流
試食!!
給食メニュー
持ち物: エプロン、三角巾、マスク
託見: あります!
1名以上お一人100円
※アレルギーの方、必要ならお持ち物ご持参下さい。

お名前 _____
Tel. _____
託見 ない あり (アレルギーありなし)

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。

申し込みきり 11/9(金)
お取り置き、西の送料担当者
又は、コープ岡山サービス
カウンターまでどうぞ!!

参加をご希望の方は、①申込書を提出もしくは、
②二次元コード読み取り機能のある携帯電話で、右記
二次元コードを読み込んで、参加申込をお願いします。

おかやまコープ 生活支援サービス は〜と♡ふるネット 応援者募集!

あいてる時間で
男性の方も大歓迎!
いつもの家事で
掃除・洗濯・食事づくり
季節用品の片付け
衣替え・買物代行
外出同行・庭の草取り
子どもの見守り・話し相手 など

あなたの手を
かしてください

ふだんの暮らしの中の「ちょっと困った」の手助けをする『は〜と♡ふるネット』。
困った時はお互い様の気持ちで 組合員さんが自分にできる範囲で
手助けしています。あなたにできることで 登録してみませんか?

組合員で健康な方であれば
どなたでも応援者になれます。
特別な資格は
ありません!

活動は
時間や内容を
相談しながら
決められます。

応援すると
活動費 1時間あたり
650円と
交通費実費が
できます。

「私にもできるかも...」と思ったら
まずはお電話ください♡

おかやまコープ 生活支援サービス 総合窓口
みんなハッピーコープ 0120-378-502
月～金曜 9:00～17:00 年末年始除く

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

商品ものがたり vol.180

本場の組合員さんが認めた、コク旨の具たくさんちゃんぽん。

CO-OP 長崎風ちゃんぽん

本格的なちゃんぽんが
お鍋ひとつで
彩りのよい具材が付いた冷
凍ちゃんぽんです。めんの上
に具材がトッピングされてい
るので、別添のスープと水を
煮立てた鍋にめんを入れ、
約2分半ほど温めるだけか
かんたん調理。冷凍庫にス
トックしておけば、昼食に夜
食にと重宝します。

たっぷり具材の
うま味と食感
11種類入った具材の味と食感が
大きな魅力です。キャベツ・たまねぎ・も
やし・にんじん・コーンは、野菜の香
ばしさや甘みを引き出し、シャキッ
とした歯ざわりが出るように炒める方
法を工夫しています。他にもプリッと
したいが、えび、きくらげ、揚げかまぼ
この魚介、やわらかな豚肉などバラ
エティーに富んだ味が楽しめます。

白湯スープの
濃厚な味わい
スープは鶏がらととんこつをベー
スに野菜エキスとホタテエキスを加え
たコープ独自の配合で、コクのある
味に仕上げました。具材の炒めた香
ばしい風味やうま味も溶け込んだ濃
厚な味わいは、ご家庭ではなかなか
出せないおいしさ。コシがあっても
ちりとした丸太めんによく絡み、つ
るつと食べられます。

組合員さんのおすすめの声

具がしっかり入
っているので、忙
しい時でも鍋
ひとつでOK。
主人でも作れ
ます。

冷蔵庫に何も
ない時、ちゃ
ちゅと作れて、
お野菜も沢山
とれて、昼食に
オススメです。

真庭市
高岡泰世さん
岡山市 影山瑞恵さん