



CO-OP 宅配からの
お知らせ

たべてん便

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。

詳しくは
こちら

おかやまコープ たべてん便

検索



※写真はおかずコースの一例です。

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。

食事スタイルに合わせて選べる3つのコース!

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 181食 **561円** (税込8%605円)
2人様分 181食 **520円** (税込8%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 181食 **533円** (税込8%575円)
2人様分 181食 **492円** (税込8%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 181食 **638円** (税込8%689円)
2人様分 181食 **597円** (税込8%644円)

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

CO-OP お店からの
お知らせ

12/25(日)は

今ついている価格
よりさらにお得な **冷凍食品 2割引!**

コプカプレミアム特典 2倍チャージデー!

12/23(金)・
24(土)・25(日)は **3日連続 ポイント5倍デー!**

店舗
年末年始
営業時間の
お知らせ

2022年 12/28(水)	通常営業	あさ9:30開店
12/29(木)	全店	朝9:00開店 9:00~21:00 (大野辻・東川原は 2日連続ポイント5倍デー 22:00まで)
12/30(金)		
12/31(土)	全店	9:00~18:00
2023年 1/1(日)・1/2(月)・1/3(火) 店休日		
1/4(水)	全店	あさ 9:30~ 新春初売り

コープピーアンドエスのくらし応援サービスをご利用ください

**ピアノ調律
買取り・移動
サービス** お申し込みは
お電話で!



提携先: ピアノハウス調律リフレッシュセンター

おかやまコープ組合員調律料金

アップライトピアノ 1台 **11,000円** (税込12,100円) | グランドピアノ 1台 **13,000円** (税込14,300円)

組合員特典 調律の際に、ピアノ内部の簡易清掃をさせていただきます。
(ご自宅の掃除機をお借りします。)

※ピアノ発表会やコンサートの調律、また、アクション調整や部品交換などの修理は、別途のお見積りとなります。

お申し込みはお電話で **Tel.086-256-7244** (月~金曜 9:00~18:00)
コープピーアンドエスまで 〒700-0026 岡山市北区奉還町一丁目7-7 オルガ1階

お気に入りのGコレ商品の写真やエピソードを投稿しておトクなポイントをもらおう!



**Gコレスキスキ
キャンペーン
2022**

Gコレ
「Gコレ」って
なあに?

特典 1投稿につき ※投稿はいくつでもOK!

宅配または
店舗で使える **100ポイント
プレゼント** ※ポイントの上限は1ヵ月500
ポイントまで。 ※月末までに投稿されたポイ
ントは翌月に加算します。

さらに 抽選で毎月**50**名様に

おかやま
コープ **500円商品券
プレゼント**

応募は
こちらから! **おかやまコープのキャンペーンサイト**
Gコレスキスキキャンペーン2022 検索
※投稿された内容はおかやまコープの広報物等に掲載させていただきます。

募集期間 ~2023年2月28日(火)

お問い合わせは

☎ 生活協同組合おかやまコープ 問合せセンター
受付時間/月~金曜8:30~21:00 土曜8:30~18:00

☎ **0120-662-538**

井笠エリアの首長訪問報告 ～里庄町・浅口市・矢掛町～

9月26日に里庄町、9月28日に浅口市、10月25日に矢掛町を訪問しました。資料をもとにおかやまコープの事業や組合員活動について報告し、各行政におけるおかやまコープの現況について説明しました。またコアハンドールを新聞バッグに入れて持参し、エシカル消費の取り組みについて説明したところコアハンドールだけでなく新聞バッグにも興味を持たれたようです。買い物難民や子ども・女性の貧困など各行政における問題などについて意見交換することができました。

里庄町の環境政策



海や大きな河川はないがゴミを減らす取り組みとして研修を行っている。

ゴミ減量化を周知するためリサイクル倉庫を3ヶ所設置し、24時間いつでも持っていきけるようにしている。



懇談後も部屋に飾られている絵画などを紹介してください。和やかな雰囲気でした。

浅口市の環境政策



ゴミの減量化。大部分は水分なので小学4年生に課題として「ゴミは一握り絞って出そう!」を始めた。子どもたちから家庭へ広がっていきたい。

おかやまコープのたべる・たのびせつ出前授業について活動内容を説明しました。



矢掛町の環境政策



新聞バッグについてですね。作り方を教訓に来てほしい。

EM菌で生ゴミの堆肥を作っている。ゴミステーションに廃油用のポリタンクを置き、集まった廃油は総社でバイオディーゼルの燃料に精製される。

リサイクル意識の高まりもあって家庭ゴミは減ってきている。



地元の話で盛り上がった場面もありました。

今年度も井笠エリア3市2町を訪問することができました。どの行政の方もあたたかく出迎えてくださり、お互いの活動を理解しあえる機会となりました。今後もつながりを大切にして共にできることを模索していきたいと思います。

予告

知とくcafé 筆がでかい文字も書いてみよう

2023年 1月24日 10:00-

詳しくは12月4週のワー・クリ・コープの紙面でご案内します

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



鮮度・身質・脂のノリを吟味したおいしい天然ぶり

商品ものがたり



天然ぶり切身

こだわりのポイント

大型サイズを使用
「天然物」にこだわるとともに約8～10kgの大型天然ぶりを原料に使用しています。大型になるほど身に脂がノリおいしさが増します。鮮度・身質・脂のノリを十分に吟味し、より良い原料確保に努めています。

漁期を限定することで安定したおいしさ
主に2～4月に東シナ海から山陰沖で漁獲された脂質のあるものを商品化します。ぶりは1年を通して水揚げはありますが、漁獲時期により脂質が低下します(特に夏場)。そのため、脂のノリが良い時期の原料を指定して確保しています。

ウロコを除去
組合員さんの要望で「ウロコ取り」を実現しました。そのため、焼き物のほかに「ぶり大根」や「雑煮」などにもご利用しやすくなっています。



解凍の仕方

冷凍室から冷蔵庫に移して7～8時間かけてゆっくり解凍してください。お急ぎの場合は電子レンジで解凍してください。