



11月第2週 2024年11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

スマホやPCから共済の  
手続き・確認ができる!



## CO・OP共済の 共済マイページ

24時間いつでも!どこでも!

共済マイページは、スマートフォン・パソコンから  
共済の手続きや保障内容の確認がおこなえるサービスです。



契約引受団体/日本コープ共済生活協同組合連合会  
(たすけあい)はご加入の生協によっては、その生協の加盟する連合会との共同引受になります。  
<CO・OP共済に加入するには>出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員になる必要があります。生活協同組合(生協)は、お店や宅配などでくらしに貢献しています。CO・OP共済は個人情報をお大切に、個人情報保護法を守ります。

©2012CO・OP共済コープ

【共済マイページ】に  
関するお問い合わせ先

インターネットサポートデスク  
☎0120-888-052

受付時間:9:00~21:00 受付日:月曜日~日曜日  
(祝日を含む。年末年始12/31~1/3休業)  
※2024年9月2日より9時~20時(月~金)9時~18時(土日祝)

K-84966-2406

### 共済マイページのいいところ

- 1 CO・OP共済の保障内容をいつでも確認できる
- 2 24時間いつでもどこでも手続きができる
- 3 不明点はWEBチャットで質問ができる
- 4 新たに共済金のお支払いがある場合はメールでお知らせが届く

利用登録はこちらから

コープ共済 マイページ 検索

登録手順をHPでご案内しています



ご加入直後の方は、ハガキまたはメールで「CO・OP共済加入申込受付のお知らせ」が届きましたら、共済マイページの利用登録ができます。

### 11/17(日)は

## ポイント5倍!

- クリスマス・迎春商品のご予約
- 生協の冬ギフト(カタログギフト)
- 店内ギフト

もポイント5倍の対象です。

今ついている価格よりさらにお得な **冷凍食品2割引!** 生協の冬ギフト(カタログギフト)の早期割引受付最終日

**ハッピーナンバーくじ開け** 当日のお買物金額2,000円(税込)ごとに1枚配布 商品券最大10,000円分が当たる!

### コープ総社東休業に関するお知らせ

コープ総社東およびコープ総社東に入店しているテナント各店は、2023年8月の火災以降、休業しております。あわせて、会議室などの店舗施設やサービスのご利用も中止しております。長期間にわたり皆さまにご不便とご心配をおかけしておりますことを、心よりお詫び申し上げます。

コープ総社東は、一日も早い営業開始を目指すため、新たに建て替えることを決定し、2024年8月19日より既存の建物の解体工事を行っております。

ふだんのくらしに欠かせない「買い物場」と、多くの活動や交流の拠点としての大切な役割を担うお店として、2025年早期での営業再開を目指し、現在具体的な設計等に着手しています。

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。

### 調律は経験豊富な調律師がお伺いします!

## ピアノ調律 買取り・移動 サービス

県内全域  
対応

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 <b>11,000円</b> (税込12,100円)	グランド ピアノ	1台 <b>13,000円</b> (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

### 好評につき 第7弾

## 食習慣チェック

自宅でする! 自分の食べ方をはかろう

参加費無料!

こちらからも申し込みができます

申込期間 **2024 11/11(月)~11/29(金)** 第7弾はコースが2通りです!  
12月2日より、順次資料をお届けします。

### NEW! II.子どもと一緒に食習慣チェック

お申し込み ●おかやまコープ ホームページのみ

対象 ●組合員とその家族  
小学1年生~高校3年生の  
子どもがいる家庭  
※今回が初めての募集になります。

お問い合わせ **おかやまコープ** 組合員活動グループ ☎086-256-2570  
(受付時間/月~金曜9:00~17:00)

### I.わたしの食習慣チェック

お申し込み ●おかやまコープホームページ ●下記申込書

対象 ●組合員とその家族(18歳以上)  
\*過去に体験された方もOK

お申し込みはこちら!

### I.わたしの食習慣チェック 専用申込書

※「II.子どもと一緒に食習慣チェック」はおかやまコープホームページからお申し込みください

組合員名	組合員コード	回答方法
		どちらかに○をつけてください WEB・専用用紙
ご家族名	組合員との続柄	回答方法
		どちらかに○をつけてください WEB・専用用紙
		WEB・専用用紙
		WEB・専用用紙

締切日:11月29日(金) 提出先:センター(配送:コープステーションの担当者)、店舗(サービスカウンター) ⇒ 組合員活動グループ

# コープおがやま豚しゃぶレシピ紹介

生産者・エサ・品種・お肉さにこだわったお肉です!!

• 夕方のTV番組  
「ライブ5時いまだドキッ!」内の  
「集まれ!おがやまコープひろば」で  
#笠エリアメンバーが紹介しました!



おがやま育ち コープの産直 飼料に安心 PHFコーン 

## レンジで とんテキ とん平 焼き



### 豚しゃぶ

しっとり やわらか 




鍋に湯をわかし  
肉を1枚ずつ入れ、ゆでる。  
ザルにとって冷ます。

料理酒を少し入れ  
ゆでてもおいしいヨ!



CO-OP 3種・粗挽き ナッツドレッシング

バターを入れて  
火を通せば  
おいしい 

分厚いロースは  
ミンチに!  
フライパンで両面焼いて  
仕上げに  
ポン酢をかけて  
完成~!!



CO-OP 実生 ゆずぽん酢

- (材料) 豚ばら肉 3枚 (ウロ大)  
キャベツの 手切り...2つかみ位  
ゆず...2コ (3分ほどおく)  
塩こしょう、お好みソース、マヨネーズ
- ① 耐熱皿にラップを敷き、その上に  
とま卵を流し入れる。
  - ② ①の上にキャベツの手切りを  
のせ、ぶた肉をのせて、  
塩こしょうをふる。
  - ③ 上からゆずぽん酢をレ。  
600Wで4分(お肉に火を通す)
  - ④ 上のラップを外し、下のラップを  
折りたたんで外す。ソース・マヨネーズ  
をかけて完成。

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)



お好みの野菜を入れるだけ!ご家庭で本格的なあい鴨鍋!

商品ものがたり



**元気な親鴨、元気なヒナ**  
親鴨はヒナの時にヨーロッパより定期的に  
輸入しています。そのため血が濃くならず、  
元気で卵をよく産む親鴨になります。そん  
な親から産まれてきた子も元気なヒナにな  
ります。約28日で卵を孵化させ、温度管理  
に気をつけながら約2ヶ月をかけて飼育  
されます。

**「安全・安心」にこだわり**  
元々は若者たちの働き口の確保も目的と  
した「村おこし」の一環として始まった  
あい鴨の飼育。あい鴨は神経質で水飲み  
場の掃除や毎日みがらまきをしないと  
元気に育ってくれません。組合員さんの  
笑顔を思い浮かべながら「安全・安心で  
おいしい」あい鴨を育てています。

**徹底した品質管理**  
岩手県田野畑村で飼育された  
あい鴨は、処理時に国から指  
定派遣された食鳥検査員(獣  
医師)による検査を行い、徹底  
した衛生管理の工場加工し  
ています。