



5月第4週

2025年5月26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

生協（コープ・COOP）
組合員の皆さまへ

手頃な掛金でしっかり安心

マイカー共済

見直しませんか?
クルマの補償

こくみん共済 NEWS

7723A023



公式キャラクター
ビットくん

組合員の方は
12.5%*の
団体割引が適用されます。

カンタン! 無料! お見積もり

保険証券(共済契約証書)と車検証のコピーを
ご用意のうえ、スマホでもお見積もりができます。



未来ある子どもたちを
交通事故から守りたい

マイカー共済のお見積もり1件に
つき、横断旗を児童館等へ1本寄贈する
取り組みを実施しています。



*記載の団体割引率は、当該団体に対する割引率です。(車種や補償内容により契約個々の割引率は異なります)。また、適用される割引率は、毎年11月末時点の実績(契約件数・損害率)で決まるため、変動することがあります。団体割引は、多くの組合員の利用と安全運転に支えられています。ご加入時や生協異動時には、生協・生協組合員番号・氏名など組合員資格を証明する書類が必要になります。

マイカー共済
コールセンター

各種資料のご請求や補償内容に関する疑問など、皆さまからのさまざまなお問い合わせにお答えします。

0120-6031-60

お電話のかけ間違いに
ご注意ください。

受付時間

月～土(祝日営業)9:00～18:00 ※受付時間は変更となる場合があります。*日曜・年末年始休み

お店からの
お知らせ

6/1(日)は

キッチンフェア・生協の夏ギフトも対象!

ポイント5倍!

今ついている価格よりさらにお得な

冷凍食品2割引!

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、心よりお詫言申し上げます。コープ総社東は、建物解体工事が終了し、各種申請及び建物建設の準備をすすめており、2025年度下期中の営業再開を目指しております。

新店となるコープ総社東は皆さまのご期待に応えるべく、暮らしに欠かせない生鮮食品の品揃えをさらに充実させ、人気のコープ商品や地域産品を積極的に取り入れ、地域に密着したより快適にお買い物を楽しんでいただける店舗を目指します。

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。

6/5 コプカ特典2倍
(木)はチャージデー!

生協の夏ギフト

7/27(日)まで

早期割引は6/29(日)まで

お急ぎください キッチンフェアの
お申し込みは6/8(日)まで

おかやまコープ生活支援サービス

は〜と♡ふるネット

困ったときは
おたがいさまの
有償
ボランティアです

出産後、
ちょっと手を
かしてほしい...

ケガをした!
食事を
どうしよう。

足腰よわって...
お掃除を手伝って
ほしいな。



そうじ・洗濯・買い物代行などお気軽にご相談ください。
毎月平均35件のお問い合わせをいただいています。

- ご利用には、事前の登録が必要です。
入会金・会費は必要ありません。組合員でなくても利用できます。
- ご利用は1時間あたり980円、30分までは630円です。
お支払いは1ヶ月分を口座引き落としです。

まずは
お電話
ください

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

平和のひろば 2025

被爆・戦後80年



想いをつなぐ
今 継承のとき

7月26日(土)

13:00～15:00
(12:30開場)

オルガホール

岡山市北区奉還町一丁目7-7 オルガビル地下

参加
無料



ノーベル平和賞受賞式に
日本被団協代表団の一員として最年少で出席

林田 光弘さん 講演

一般社団法人Peace Education Lab Nagasaki代表理事

1992年長崎生まれの被爆3世。中学3年生から高校生一万人署名活動に参加。世界で1,370万筆の署名を集めたヒバクシャ国際署名のキャンペーンリーダーを務め、長崎大学核兵器廃絶研究センター特任研究員として、被爆の実相を伝えるデジタルアーカイブと教材作りに取り組む。



ノーベル平和賞受賞
日本被団協代表委員
田中 照巳様の
メッセージをお届けします

原爆と人間展

原爆投下後の広島・長崎の写真・
絵のパネル展示

中高生の取り組み紹介

山陽学園中学校高等学校書道部による
作品展示とJRC部による創作紙芝居

平和を願う
絵はがき

ご応募いただいた
絵はがきを展示

小学生向け
ワークショップ

講演のお時間に別室で
ピースアートを作成します

要申込

右の二次元コードから、
またはお電話でお申し込みください。

●託児あり(1歳以上 託児料100円・当日支払)

※お寄せいただいた個人情報は、目的以外には使用いたしません。

●後日 見逃し配信があります。

(URLはおかやまコープホームページで9月にご案内します)

7月11日(金)
申込締切



主催:生活協同組合おかやまコープ 共催:岡山市原爆被爆者会
後援:岡山市 岡山市教育委員会 倉敷市 倉敷市教育委員会

お申し込み・お問い合わせ

おかやまコープ 組合員活動グループ TEL. 086-256-2570 (月～金曜9:00～17:00)



開催しました! 参加者 18人

4月21日 コープ鴨方にて行われました。
「おから」を使って、簡単ランチを作りました。

おから豆腐ナゲット

＜材料＞ 8コ分
生おから 100g (A)
木綿豆腐 150g
塩・コショウ 少々
コンソメ キューブ1個
にんにく(チューブ) 少々
生巻(チューブ) 少々
マヨネーズ 大さじ2
片栗粉 大さじ2

＜作り方＞

1. おからは耐熱容器に入れ、ラップをかけてレンジで600W3分加熱する。軽く混ぜ水気を拭き、粗熱がとれたら豆腐を混ぜる。
2. 1に(A)を加え、なめらかになるまでよくこねる。8等分してナゲットの形に整える。
3. フライパンに 1cmの高さの半分のサラダ油を入れ170～180℃で揚げ焼きする。

こんがり焼けた!



完成!!

楽しくcookingしました!



おから蒸パン

＜材料＞

生おから 50g
さとう 大さじ1
卵 1個
ベーキングパウダー 1/2
バニラエッセンス 2～3滴

※甘さ控えめで、ジャムやほろ汁を添えてね!

＜作り方＞

1. すべての材料をタッパーに入れよく混ぜる。
2. フタを軽くのせ、レンジで600W2分加熱する。フタをはずし、ひっくり返し、2～3分蒸らす。



おからサラダ

＜材料＞
生おから 100g
ウインナー 3本
ミックスベジタブル 100g
(A) マヨネーズ 大さじ4
塩・コショウ 少々

＜作り方＞

1. ウインナーは斜め45度で切り、ミックスベジタブルと一緒に炒める。
2. 1と生おから(A)を混ぜる。



参加者声

・蒸パンは、洗い物なしで、タッパーで作れるのでお手軽で良かったです。
・ナゲットはふわふわで、しょうがの味でおいしかったです。

・今日のメニューは初めて! 簡単でおいしかったです。
・次は手ぬぐいで作る三角巾作りがしたいな。

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)



バニラ風味

コープ
毎日鉄&Ca
ウエハース
《個包装》

栄養機能食品
(鉄・カルシウム)



1枚の
ウエハースに配合
鉄 6.8mg
カルシウム 340mg



商品ものがたり

商品特徴

- さっくりとしたウエハースの生地に甘さ控えめのバニラ風味クリームをサンド。若い方から高齢の方まで幅広い方にご利用いただいています。
- 30枚入りの個包装。忙しい朝や、ちょっとしたおやつに。

RSK山陽放送テレビ番組

「金曜ライブ いまドキッ!」内コーナー

おかやまコープ Presents

みんなの

くらしラボ



放送日

6/6 金

17時前後

テーマ

国際協同組合年

見逃した方は
こちら!

