WEEKLY CO・OP
ウィークリーコープ

8月 第2週 | 2025年8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

情報発信中！
Instagram Facebook

かしこく暮らす処方せん 保障の個人相談

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）

●会議室でのご相談になります

©2012CO・OP共済コーすけ

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
☎086-296-9911
（月～金曜 9:00～17:00）

会場	日程	
オルガ	9/17(水)	10/15(水)
コープ大野辻	8/28(木)	9/13(土)
コープ西大寺	9/6(土)	9/22(月)
コープ北畝	9/10(水)	9/13(土)
コープ東川原	9/19(金)	10/17(金)
コープ大福	8/29(金)	9/19(金)
コープ総社東	9/16(火)	9/20(土)
コープ倉敷北	9/13(土)	9/16(火)
コープ鴨方	9/11(木)	9/20(土)
コープ林田	8/25(月)	9/14(日)
コープ山陽	9/6(土)	9/10(水)
真庭センター	8/26(火)	9/30(火)
井原センター	8/26(火)	9/30(火)
新見センター	8/26(火)	9/30(火)
津山センター	8/26(火)	9/30(火)

コープ総社東の個人相談は当面の間、コープ倉敷北で開催となります。

【CO・OP共済ニュース】

宅配からのお知らせ

くらしと生協 好きな暮らし 冊子 秋冬号

●**カタログを無料でお届けします。**

カタログが必要な方は、**8月4回** OCR注文書「資料請求」欄に注文数「1」とご記入ください。

●**カタログお届けは 9月2週のお届けチラシセットにて**
（9月8日～9月12日予定です）

お店からのお知らせ

8/17(日)は ポイント5倍！ 冷凍食品2割引！

今ついている価格よりさらにお得な

チラシのお知らせ 8/22(金)～8/26(火) 「夏のごちそう」

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。

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、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、く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。

アニコム損保のペット保険 "集団扱契約"がスタート！

一般契約に比べて保険料が割安です

年払 3%割安[*1] 月払 約10%割安[*2]

*1 一括割引適用のため *2 保険料の分割割増がかからないため

何歳でもお申込み可能!![*3]　原則ご継続は終身OK!!

*3 引受時の審査によっては、お受けできない場合がございます。

詳しい資料をお送りします！
フリーダイヤル 0120-743-786 受付時間 9:00～17:00(月～金)

注文番号	数量
002518	1

〈代理店〉保険契約の締結の媒介を行います。
株式会社コープピーアンドエス
〈引受保険会社〉アニコム損害保険株式会社

8月4回注文書の「4～6ケタ商品注文欄」にご記入ください。

P2412-001046

ユニセフ募金贈呈式および報告会を開催しました♪

6月5日（木）、おかやまコープオルガ本部でユニセフ募金贈呈式および報告会を開催しました。

贈呈式では、岡山ユニセフ協会の稲森理恵事務局長に、2024年度の募金433万1,189円の目録をお渡ししました。募金は1月～2月に取り組んだ募金月間とコープのお店に設置している募金箱、12月に組合員が呼びかけた「ユニセフ ハンド・イン・ハンド」などで寄せられたものです。

贈呈式のようす

お渡ししたメッセージブック（一部抜粋）

報告会

世界の紛争や洪水、飢餓により厳しい状況にある子どもたちへの支援状況や、日本の子どもの幸福度に触れ、精神的な幸福度が低い状況にあるなどの報告がありました。

報告する岡山ユニセフ協会稲森事務局長

参加者からは、「貧困など世界の子どもの支援だけだと思っていたが、日本での子どもの権利を守る取り組みを知り身近に感じた」などの感想がありました。

ラブコープ委員会 開催報告

ヘルシーコープ 商品セミナー

7月1日(火) コープ鴨方にて
組合員 20名 が参加して、開催されました。

組合員講師の 守屋典子さん　小川磨美さん

野菜は、毎食は無理でも、ちょっと心がけるだけで違ってくるよ。意識してみよう。

〈"食べる"ミネストローネ〉（8人分）

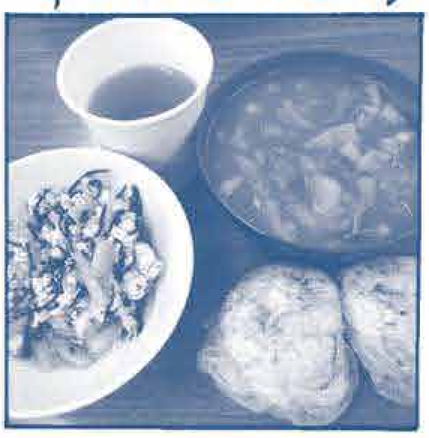
キャベツ	1/4玉(300g)	①野菜とベーコンを1cm程度の角切りにする
しめじ	1株(100g)	②にんにくは小さめのみじん切りまたはすりおろす
ベーコン	100g	③鍋にオリーブオイルとニンニクを入れ、香りがたってきたら、ベーコン・セロリ・大根・人参しめじ・玉ねぎの順に野菜を入れ、軽く炒める
大根	200g	④❸に水200mlの水を入れて煮たたせる
玉ねぎ	1個	⑤❹が煮立ってきたら、カットトマト・大豆キャベツ・トマトジュース・コンソメを入れて更に煮る
セロリ	2本(200g)	⑥野菜に火がとおったら、味を調える
人参	1本	
大豆ドライパック	1缶	
トマトジュース(無塩)	800g分	
カットトマト	1缶(400g)	
にんにく	1片	
オリーブオイル	大さじ1	
コンソメ	1～2個	
胡椒	必要に応じて	

〈豆腐とひじきのサラダ〉（4人分）

ひじきドライパック	100g	① 冷凍枝豆は解凍し、さやから取り出す
国産ふくゆたか木綿豆腐	350g	② 豆腐はキッチンペーパーで包み、皿に乗せてラップをかけ、レンジ(500w)で約3分加熱し、水切りする。
人参	1/3本	③ ②をスプーンなどで細かく崩し、暫く放置して水が出たらザルでしっかり水気を取る
冷凍枝豆	100g	④人参は千切りにし、皿に入れてふんわりラップをかけてレンジ(500w)で1分程度加熱して冷ます
＊醤油	大さじ2	⑤ ＊を混ぜ合わせておく
＊酢	大さじ1.5	⑥ ボウルに①③④とひじきドライパックを入れ、⑤で和える
＊オリーブ油	大さじ2	
＊塩	少々	
＊砂糖	少々	
＊レモン汁	大さじ2	
＊すり胡麻	大さじ1	

野菜たっぷりだね～

本日のメニューは これ



〈小松菜としらすのチーズ入りおにぎり〉（4人分）

小松菜	100g	①小松菜は、サッと湯通しし、しっかり絞ったら粗みじんに切っておく。
牛窓ちりめん	50g	②ちりめんは弱火で炒っておく。
ベビーチーズ	4個	③①を少量の油で炒め、醤油を加えて水分がほとんどなくなるまで炒る。
醤油	小さじ1/2	④ご飯に②③と、小さいさいの目切りにしたチーズ・かつおぶし・炒りごま　を混ぜて、おにぎりにする。
かつおぶし	約5g	
炒り胡麻	少々	
ご飯	2合分	

減塩でもレモンの風味でおいしく食べられるよ。
胡麻はそのままよりはすりつぶして使おう。（ビニール袋に入れてビンの底でゴリゴリするとよい）
野菜たっぷりだと「しっかりかめる!」「食物せんいがとれる」「たくさん食べたと満足度アップ」いいこといっぱい。

参加者に大好評だったメニュー、ぜひ作ってみてください。お宅にある野菜でアレンジしてみてね!!

商品ものがたり

コレ エシカル おかやま育ち

大人気のヨーグルト!!

利用登録がおすすめ!

生協ヨーグルト

おすすめポイント

●岡山県産生乳を100%使用、生乳比率も90%
栄養分を損なうことなく、新鮮でおいしい味を残すことができる「RO膜濃縮製法」で濃縮しています。

●余計なものは一切使用していません
原材料は生乳と砂糖のみで、ゼラチン、寒天、合成甘味料、香料などは不使用。

●生きて腸まで届く
L-55乳酸菌入りのプロバイオティクス※1ヨーグルトです。

※1プロバイオティクス・・・生きて腸まで届き、腸内細菌のバランスを改善して健康に有益な働きをする微生物のこと。

組合員さんのおすすめの声

生協ヨーグルトを食べると他のヨーグルトを食べた時にちょっと違うなぁと思ってしまう程。美味しいので子ども達と一緒によく食べています。
ペンネーム ゆなさん

小学4年生の息子。生協ヨーグルトが大好きです。ヨーグルトには切ったバナナやハチミツを入れて食べます。
ペンネーム たこ・りとさん