



3月 第3週

2026年3月16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

CO-OP 宅配からのお知らせ

おかやまコープの たべてん便 夕食宅配

週3日間から利用できます!

安全・安心、栄養バランスの取れた
お弁当を、日替わり献立でお届けします!

管理栄養士
監修のメニュー

ご飯は岡山県産
こしひかりを使用

安心の
アレルギー表示

人気
No.1

おかず7品コース

1人様
1日1食
あたり 610円 税込8% 塩分3~4g以下
658円 約400kcal



おかず4品コース

1人様
1日1食
あたり 550円 税込8% 塩分3g以下
594円 約380kcal

なごみおかずコース

1人様
1日1食
あたり 695円 税込8% 塩分4g以下
750円 約500kcal



御弁当コース

1人様
1日1食
あたり 590円 税込8% 塩分3g以下
637円 約500kcal

お問い合わせ・
お申し込みは

たべてん便受注センター

●受付時間/月~金曜9:00~17:00
〒701-0296 岡山市南区藤田564-178



0120-014-8999

FAX:086-296-6481

E-mail: tabetenbin@okayama.coop

配達無料
18時ごろまでにお届け

詳細は
こちら



たべてん便

検索

CO-OP お店からのお知らせ

3/22(日)は

母の日・父の日ギフトも対象!

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!

母の日・父の日ギフト

店舗でも注文受付中!

注文締切 ●母の日...4/19(日)
●父の日...5/3(日・祝)

専用注文書に必要事項を記入し、商品代金を添えてサービスカウンターで
お申し込みください。

お得な
早期割引
4/5(日)
まで

3/25
(水)は

コプカ特典2倍チャージデー!
コプカ払い分でさらにポイント5倍!

コープ総社東 建設状況に関するお知らせ

2023年8月の火災以降、コープ総社東の営業休止により、組合員の皆様には長期間にわたり多大なご不便と
ご心配をおかけしておりますことを、深くお詫び申し上げます。

コープ総社東は、1月13日(火)より基礎工事および鉄骨の組み立てを開始し、建物本体の工事は、計画通り順
調に進行しております。

しかしながら、2026年4月の省エネ法改正に伴い、店舗営業に不可欠な受変電設備の
手配が極めて困難な状況となり、3月末の新規オープンをお断念せざるを得ない状況となり
ました。オープンをお断念していただき、今日まであたたかく見守っていただいている皆様
に心よりお詫び申し上げます。

新たなオープン予定日については、受変電設備の手配が整った後、改めて工程の見直し
を行い、ご案内いたします。

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。

また、工事の進捗状況は、右記のコープ総社東の公式Instagramでご覧いただけます。

コープ総社東の
公式Instagramは
こちらから▼



お庭のお手入れ おまかせください



樹木医ならではの
樹木を熟知した剪定

●正式な金額はお見積りの際にお伝えします。お見積り以上の作業が発生する場合には事前にお伝えし、無断でお見積り以上の
金額を請求することはいけません。●除草剤・消毒薬の使用量は、お庭や木の状態・害虫の発生状況によって変わりますが、目安
として参考にしてください。●松は別途お見積りとなります。伐採、樹木植え替えに関しては、樹種、幹周によって料金が変動
いたしますのでご了承ください。●伐根、人工芝、植栽もご相談ください。

【個人情報の取り扱いについて】この紙面でご案内する商品・サービス・資料・催事等をお申し込みされた方の個人情報は、コープピーアンドエス
および提携や業務委託する企業・団体によるお申込内容の提供、アフターサービスの提供、商品の案内・募集、緊急の連絡等に使用します。

お申し込み・お問い合わせ
コープピーアンドエスまで Tel.086-256-7244 (月~金曜 9:00~18:00)
〒700-0026 岡山市北区東通町一丁目7-7 オルガ1階

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?

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。

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

会 場	日 程	
オルガ	4/15(水)	5/20(水)
コープ大野辻	4/25(土)	4/27(月)
コープ西大寺	4/4(土)	4/20(月)
コープ北畝	4/14(火)	4/25(土)
コープ東川原	4/17(金)	5/15(金)
コープ大福	4/17(金)	4/25(土)
コープ総社東	4/18(土)	4/21(火)
コープ倉敷北	4/11(土)	4/21(火)
コープ鴨方	4/9(木)	4/18(土)
コープ林田	4/12(日)	4/27(月)
コープ山陽	4/4(土)	4/15(水)
真庭センター	4/28(火)	5/26(火)
井原センター	4/28(火)	5/26(火)
新見センター	4/28(火)	5/26(火)
津山センター	4/8(水)	5/13(水)

小学生対象 LPAの会

無料

おこづかいゲームを

おこづかいゲームは、小学生の親子
3組以上集まれば開催することができます。

開きませんか

おこづかいをやりくりして、自分のほしい
ものを手に入れ、自分らしいお金との
つきあい方を考えるゲームです。

土曜日、日曜日、祝日の開催も
可能な場合がございます。

お気軽にお問い合わせください。



©2012 CO-OP 共同コープ

お問い合わせ

おかやまコープ 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)

【CO-OP 共済ニュース】



開催報告

ピースカフェ

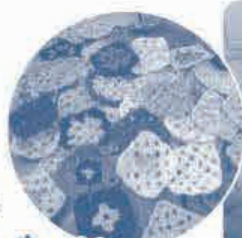
peace café

参加 20名

1月27日(火) コープ鴨方にてピースカフェ～はいわのひざかけモチーフづくり～を開催しました。この活動を30年にわたって取り組んでいる美作エリアの方から活動に取り組むきっかけや活動の様子についてお話を伺ったあとモチーフづくりを行いました。編み物が得意な方も多く、教え合いながら色とりどりのモチーフができました。



美作エリアでは毎年55枚のひざかけを長山町の「原爆被爆者特別養護ホームかめだけ」へ贈っています



たくさん編みました



平和を想う気持ち広がっています

平和のことを考えながらつくるモチーフ。楽しかったです。

おしゃべりしながら手を動かしてきれいな色に仕上がりました



みんなの思いが届くといいね!!

アマモの定植をしました



海ごみの回収をしました

2026年1月6日(火) 笠岡市神島外浦(通称 笠岡のモザイクミラレ)にて2025年10月に作成したアマモのポット苗の定植をしました。笠岡市立神内小学校の児童と一緒に海の生き物観察もしました。

1月31日(土) 美しく豊かな海づくりに関する協定に基づき、海岸に漂着したごみの回収活動が白石島で行われました。



元気に育っているアマモも確認しました!



90リットルのゴミ袋に可燃ごみ100袋 不燃ごみ11袋回収しました!!



美しく豊かな海を守るためにこれからもこの活動を続けていきます!!



豚汁のふま味があまは、温かい

おかわみコから6%参加

おかわみコから12%参加

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)



エシカル

オトクは利用登録

“昔ながらの製法”で作ったこだわりの手あげ

商品ものがたり



コープ手あげ

地元メーカーの岡山県赤磐市にある「大森豆富」で製造しています。

- ①機械化が進むなか、今も昔ながらの製法を大切にして職人が一枚一枚手作業にこだわっています。
- ②国産大豆(国産フクユタカ)とにがり(塩化マグネシウム)のみを使用。
- ③100%大豆油を使用し、まず、低温の110℃からふくらませた後、約160℃まで揚げながら何度も繰り返しながら表面をかりっと揚げます。
- ④生地を一枚ずつ油の中でひっくり返しながら揚げることで表面の皮がとて柔らかく味の染みこみがいいのが特徴です。

おこしやのこみ