



8月 第4週

2026年8月24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

おかやまコープ
みんなでつながるday
 \おいしい発見! たのしい体験!/\

イベント会場でワークショップを開催します!

9月26日にコンベックス岡山で開催する「おかやまコープ
みんなでつながるday」のイベント会場内に専用のブースを
設けて、ワークショップを開催します。

会場内で楽しい体験、してみませんか?

①②いずれかを選択してお申し込みください。



みんなでつながるday
ワークショップ
 申し込みはこちら



日時 9月26日(土)
10:00~14:00

場所 コンベックス岡山
岡山市北区大内田675

●ワークショップを開催するブースは
中展示場の中央付近となります。

①セルフマッサージ(自力整体)

体の凝っているところを自分でほぐしましょう。肩こりや首の痛みなど、自分でできるセルフケアです。

開催時間 11:00~11:30

募集人数 15名

持ち物 スポーツタオル
(長めのタオル)

参加費 無料



②多肉植物の寄せ植え

多肉植物の寄せ植えを楽しみましょう。

開催時間 13:00~13:30

募集人数 20名

持ち物 ピンセット
(お持ちの方)

参加費 1,300円
(当日集金します) 約20~30分くらいで
できあがります



●定員を超えた場合は抽選となり、結果を9月18日までに
全員へ連絡します。
※メール(登録ありの方)での連絡を
優先します。

●お電話でのお申し込みは
組合員活動グループ
Tel.086-256-2570

申込締切 9月11日(金)

お店からの
お知らせ

8/30(日)は ポイント5倍!

今ついている
本体価格より **冷凍食品 20%OFF!**

9/1(火)は 冷凍食品 20%OFF!
今ついている本体価格より

**9/5(土)は コプカ特典
2倍チャージデー**

チラシの
お知らせ

9/4(金)~9/7(月)

「洋食フェア」

9/8(火)~9/10(木)

「よりどりお買い得祭り」

2026 \コープでわくわく/
おしゃべり
パーティー **無料**
 開きませんか?

ご希望のセットをお選びください

「人と人との あたたかい
つながりづくり」を応援します。
コープ商品を囲んで、ステキな
団らんを過ごしませんか?

申込期間

宅配

9月7日(月)~9月25日(金)

店舗

9月7日(月)~9月27日(日)

A ほっこり和ごころおやつセット

B パパッとアレンジ手づくりセット

C やってみよう!楽しくデコセット

D 薫る大人のティータイムセット

詳しくは次週配布の申し込みチラシをご確認ください

(公財)おかやま環境ネットワーク

秋の猛禽(ハチクマ・サシバなど)の渡り観察会

日生 アマモの種選別と種まき

東南アジアなど南方にわたるタカの仲間が上昇気流をつかまえて
タカ柱を作りながら西方に飛んでいく様子を観察します。
集合後、観察地点に移動します。双眼鏡(8倍以上)があればご持参ください。

日時 9月23日(水) 8:30集合~11:00解散予定

集合 山上エコ交流館(岡山市北区山上199)

参加費 無料 **定員** 20名 (5歳児以上・未成年は必ず保護者同伴)

申込 企画名、代表者の氏名・郵便番号・住所・携帯電話番号・メールアドレスと
参加者全員の氏名・年齢を、Eメールで**9月15日(火)まで**にお申し込み
ください。抽選結果等の参加可否は事務局からご連絡。

その他 雨天中止

要申込

こちらからも▼



5月末にアマモの花枝を回収し種の成熟を待ったアマモの種の選別作業と
船上からの種まきを通し、アマモ再生活動とともに海洋資源の保全を学びます。

日時 10月3日(土) 9:15集合、9:30開始~12:00現地解散

集合 日生町漁業協同組合(備前市日生町日生801-4)

参加費 無料 チヌ弁当(一食700円)の予約注文を受付けします。

定員 80名 ※応募者多数の場合は抽選。おかやま環境ネットワーク個人会員を優先。

応募資格 小学生以上
(未成年者は保護者同伴・小学3年生以下は児童一人に保護者1名同伴)

申込 企画名、代表者の氏名・郵便番号・住所・携帯電話番号・メールアドレスと
参加者全員の氏名・年齢、チヌ弁当の発注数を、Eメールで**9月20日(日)**
までにお申し込みください。抽選結果等の参加可否は事務局からご連絡。

要申込

こちらからも▼



※お寄せいただく個人情報は当財団の事業案内以外への使用や第三者への開示などは行いません。

●お申し込み/公益財団法人おかやま環境ネットワーク

〒700-0026 岡山市北区奉還町一丁目7-7(オルガ6階) E-mail:kankyounet@okayama.coop 携帯電話:070-2355-1420

夏にうれしい! もずく酢でさっぱりしび

恩納村産
味付太もずく



かつお節エキス入り
三杯酢で
すっぱ過ぎず食べやすい。
コリコリした食感!

恩納村産
味付糸もずく



又×リがあり
ツルツルした
口当たり。
もずくがたっぷり
入っています。



サンゴ礁の
海を育む
「もずく基金」

対象1商品につき
宅画では2円、店舗は1円
積み立てられます。



もずく酢で
サタタン



もずく酢で
だい巻き卵

もずく酢で
ギョーザのタレ



- ＜材料＞ 3人分
- ・恩納村産味付太もずく 2パック
 - ・トマト(小) 1/2コ(10サイズにカット)
 - ・とうふ 80g(1cm角にカット)
 - ・卵 1コ(溶き卵)
 - ・鶏がらスープの素 小じ1
 - ・水 300ml
 - ・しょう油 小じ1 ・ラー油 適量
 - ・青ねぎ(小口切り) 適量

＜作り方＞

- ① 鍋に水・鶏がらスープの素を入れ、ひと煮立ちさせる
- ② 味付太もずく(汁ごと)・とうふ・トマト・しょう油を加え、さらにひと煮立ち
- ③ 溶き卵をまわし入れ、太くかき混ぜる
- ④ 火を止め、青ねぎ・ラー油を入れ、完成

しいたけや
タケノコを入れ
てもOK!

＜材料＞

- ・卵 3コ
- ・恩納村産味付太もずく 1パック
- ・白だし 小じ1
- ・水 大じ1.5

＜作り方＞

- ① 材料を全てボールに入れよく混ぜ合わせる。
- ② フライパンに油を熱し、少しづつ卵液を流し、半熟になったら手前に巻いていく。

＜材料＞

- ・恩納村産味付糸もずく
- ・しょう油 少々 1パック
- ・ごま油 小1～2
- ・ラー油 適量

豆腐や野菜に
かけてもおいしい!

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)

アマモ場再生活動に参加しませんか(アマモの種選別と種まき)

「海のゆりかご」と呼ばれ、多様な生き物が命を育む「アマモ場」を再生する取り組みです。瀬戸内の「里海づくり」に参加してみませんか。

種選別・種まき	① 10月3日(土) 日生	② 10月10日(土) 笠岡	③ 10月17日(土) 邑久
	集合場所 日生町漁業協同組合 備前市日生町日生801-4	集合場所 笠岡市漁協荷捌所 笠岡市神島外浦3230-8	集合場所 邑久町漁業協同組合 瀬戸内市邑久町虫明4256
	時間 9:30～12:00頃	時間 9:30～11:30頃	時間 9:00～11:00頃
	募集人数 20名程度	募集人数 20名程度	募集人数 20名程度

集合 いずれも現地集合となります。小雨決行。※天候等の影響により止むをえず中止となる場合がございます。

応募について 応募者多数の場合は抽選となる場合があります。詳細は参加者に直接ご案内いたします。

※小学生以上(未成年者は保護者同伴・小学3年生以下は児童一人に保護者1名同伴)

持ち物 ゴム手袋、濡れてもよい服、長靴、帽子、飲み物、着替えなど

申込締切 【日生】9月18日(金)、【笠岡】9月25日(金)、【邑久】10月2日(金)

お申し込みは
こちらから
または、
右記まで
お電話で。



お申し込み・お問い合わせ
おかやまコープ商品企画

☎ 086-296-6415
(月～金曜 9:00～14:30)

種の選別

種まき