

ホームページでもご覧になれます

おかやまコフ

検索

<https://okayama.coop/>

おかやまコフ

おかやまコフ

本紙は、毎週、おかやまコフの組合員さんに、一部ずつお配りしております

おかやまコフは、西日本豪雨で被災された方に寄り添い、一日も早い復旧・復興に向けて支援を続けてまいります。

おかやまコフは「子ども参加型」・「地域テーマ型」の『岡山子ども未来ミュージカル』(主催 日本カバヤ・オハヨーホールディングス株式会社)を応援しています

締切
間近

子ども出演者募集!
 プロの役者さんと一緒に
 舞台上に立ってみませんか?

岡山子ども未来ミュージカル 検索

詳しくはこちら

チャレンジしてみたい!という小中学生を大募集。

★募集要項

- 岡山県内在住の小学2年生～中学3年生 60名程度 ●性別・経験不問
- 2019年1月12日以降の毎週土日と祝日の稽古、本番前数日間(3月18日～22日の放課後)の集中稽古に参加できる方

★応募方法

応募用紙に、必要事項を記入し、顔写真を1枚同封し、郵送もしくは持参にてお申し込みください

- 宛先:〒700-0964 岡山市北区中山道2-9-11 ●応募締切:2018年10月31日(水)
- ライフデザイン・カバヤ株式会社 ミュージカル担当 行 (当日消印有効)

★オーディション有

- 日程:2018年11月17日(土)・18日(日) ●結果発表:12月14日(金)ウェブサイトにて発表、
- 合否結果は応募者全員に郵送します。

★公演概要

- 日時:2019年3月23日(土)・24日(日)15:00開演 ●会場:おかやま未来ホール
- 演目:「さよなら、ハロルド!」 (イオンモール岡山5階)

★問い合わせ先/岡山子ども未来ミュージカル事務局 ☎0120-195-145(受付時間/11:00～16:00 日祝除く)

Mail : kodomo-musical@kabaya-ohayo.jp
 Web : <https://www.kabaya-ohayo.com/kodomo-musical/>

10/21(日)は
 コープの日 組合員感謝デー
ポイント5倍! 冷凍食品4割引!

開店～夕方6時まで
コープの日 秋の大抽選会開催!

只今コープ各店では1回のお買物金額1,000円ごとに抽選補助券を1枚配布しております。10/21(日)は抽選補助券5枚で1回抽選が可能です。

1等はコープの商品券 5,000円分 全店で40本

チラシのお知らせ
 10/19(金)～10/22(月) 「大生鮮市」
 10/23(火)～10/25(木) 「イタリアンフェア」

かしこく暮らす
 処方せん保障の
個人相談会

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

会場	日程	
オルガ	11/21(水)	12/19(水)
コープ大野辻	11/10(土)	11/22(木)
コープ西大寺	11/3(土)	11/19(月)
コープ北畝	11/24(土)	11/27(火)
コープ東川原	11/16(金)	1/18(金)
コープ福富	11/14(水)	11/17(土)
コープ大福	11/16(金)	11/24(土)
コープ総社東	11/17(土)	11/22(木)
コープ倉敷北	11/10(土)	11/20(火)
コープ鴨方	11/17(土)	11/22(木)
コープ林田	—	11/19(月)
コープ山陽	11/10(土)	11/14(水)
真庭センター	11/19(月)	12/17(月)
井原センター	11/27(火)	12/25(火)
新見センター	11/13(火)	12/11(火)

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)

おかやまコフ 共済グループLPA(ライフプランアドバイザー)の会事務局
☎086-230-6303(月～金曜 9:00～17:00) [CO-OP共済ニュース]

ご利用のながれ **は～と♡ふるネット**

①まずは総合窓口へお電話を
 ②家事依頼は、「は～と♡ふるネット」のコーディネーターが訪問し利用の説明と登録のお手続き
 ③日程・内容などに応じて応援者を探しコーディネーター・応援者・利用者が顔合わせを行い、利用スタート!!

※組合員でなくても利用できます。
 入会金・会費は必要ありません。
 利用料金は、登録口座からの引き落としです。

「困ったときは、お互いさま」
 組合員さんが自分にできる範囲のことでお手伝いしています。

空いてる時間で♪
 いつもの家事で♪
 男性の方も大歓迎♪

あなたの手をかしてください

- 組合員で健康な方 特別な資格は不要
- 活動は、時間や内容を相談可
- 活動費は、1時間当たり650円と交通費の実費
- 説明会に参加して登録を行い活動スタート!!

利用するには? 応援者になるには?

まずは、お電話をください
 おかやまコフ 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

コープ委員に なりませんか?

コープ委員会は「生協」でつながり、おしゃべりする場です。月に一度集まって、「商品」「暮らし」「生協」などについて感じたこと、良くしてほしいことなどをおしゃべりします。「何かやってみよう」「やってみたい」のわたし発の活動をすすめます。

伴件活動プロジェクト

小さいお子さんがいてもOK!!



岡田コープ委員会

楽しく学べる



老松南・老松北
コープ委員会

新しい出会いがある

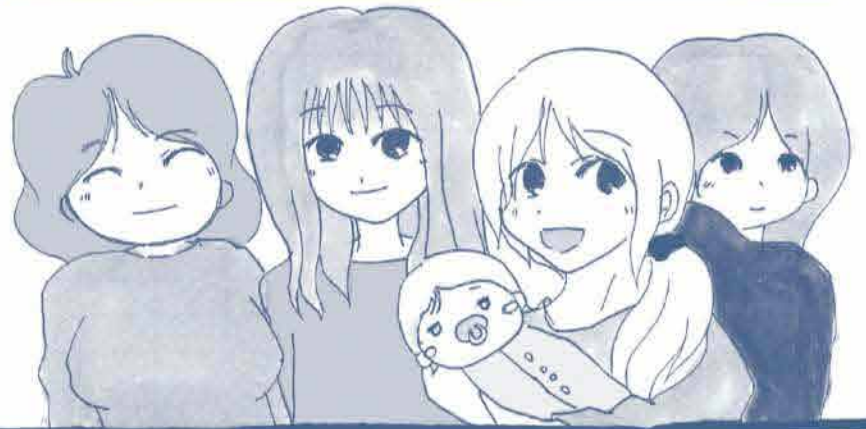


戸崎西コープ
委員会

※問合せセンター※
0120-662-538



委員会は小学校区を基本とし、活動しやすい単位で作ります。
※任期：1年(それ以上も大歓迎)
※活動：月1回の委員会
年1回以上のつどいの開催
※活動費と交通費を支給します!



11月開催日のお知らせ



子育て応援プロジェクト

2階和室

5日・12日・19日・26日
10:30～12:00

コープ北畠 月曜日

コープ倉敷北

金曜日

会議室

2日・9日・16日・30日
10:30～12:00



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



骨を取った贅沢。お魚好きを増やしたくて作りました。

商品ものがたり vol.179



骨取りさばのみぞれ煮

倉敷
エリア
推奨商品

人気のひみつ

おいしさそのまま、塩分カット

小骨まで取ってあるので食べやすいと、「CO・OP骨取りさばの味噌煮」と共に人気の「CO・OP骨取りさばのみぞれ煮」。「おいしいけれど塩分が気になる」という声に応えて、おいしさはそのまま、塩分をカットしました。

※1袋あたりの食塩相当量1.5g→1.0gに低減

作り手の想い

ていねいに骨を取りました

脂がのったノルウェー産さばのひれや腹骨、小骨などをとりのぞき、大根おろしが入ったしょうゆベースのたれで煮付けました。甘めの味付けにしていますので、お子さんからご年配の方にもおすすめです。袋のまま湯煎するだけの簡単調理。

組合員さんのおすすめの声

骨が取ってあるから子どもやお年寄りも安心。味もしっかりしていて美味しい。ご飯に合います。

たまに食べたいさばの味噌煮、身と皮がトロっととても美味しいです。

岡山市
亀田衣里子さん

真庭市 植木奈美さん