



宅配からの お知らせ たべてん便

食事スタイルに合わせて選べる3つのコース!

安全・安心、栄養バランスのとれた
お食事を日替わり献立でお届けします。

週3日間から
お試し利用できます。

こんな方に喜ばれています

- 高齢の方で毎日のお食事に困りの方。
- お仕事をされてお忙しい方。
- 普段のお食事で栄養バランスが
気になる方。



詳しくは
こちら



★18時ごろまでにお届けします。お届け時間の指定はできません。★配達料不要。
★一部お届けできない地域がございます。★お留守の場合は、専用の「保冷箱」に保冷剤を入れてお届けします。

〈ご質問・お問い合わせ〉たべてん便受注センター

☎0120-014-899 (月～金曜 9:00～17:00) E-mail: tabetenbin@okayama.coop

くらしと生協 まいにち着る服 冊子 夏号

●カタログを無料で
お届けします。

カタログが必要な方は、
3月5日OCR注文書
「資料請求など」欄に
注文数「1」と
ご記入ください。



●カタログお届けは
4月2週のお届けチラシセットにて
(4月11日～4月15日予定)

3/20(日)は

今ついている価格よりさらにお得な

ポイント5倍! 冷凍食品2割引!

コプカプレミアム特典チャージデー!

3/25(金)は

コプカプレミアム特典
2倍チャージデー

母の日・父の日ギフト 店舗でも注文受付中!

5/8(日)までに
店舗でご注文いただくと
\1点につき/
50ポイントプレゼント!

注文締切は ●母の日...4/24(日)
●父の日...5/8(日)
早期割引は4/10(日)まで

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。

共催: (株)岡山村田製作所、(公財)おかやま環境ネットワーク

(株)岡山村田製作所ビオトープ親子企画&さくら見学

日時 4月9日(土) 9:00～11:00 参加費 無料 要申込

①親子企画: ビオトープと吉井川河川敷で野草の観察と採取した野草を天ぷらにして食べてみます。●対象▶小学生の子どもさんと保護者・要申込、定員▶小学生20名、集合▶8:45

②フリー見学: ビオトープ内のさくらやシャクナゲなどの花や芽吹きを自由散策で楽しんでいただく時間を設けます。●対象▶制限なし・要申込、定員:なし

集合 岡山村田製作所(瀬戸内市邑久町福元77)の北西側駐車場

申込 必ず、「①親子企画」「②さくら見学」と明記の上、①は保護者代表の氏名・郵便番号・住所・携帯電話番号と参加する小学生の氏名・年齢と同行されるご家族のお名前、②は代表者の氏名・郵便番号・住所・携帯電話番号と同行される方のお名前をEメール、FAX、郵送のいずれかで3月31日(木)までにお申し込みください。

その他 施設内での飲食は固くお断り致します。さくら見学で乳児をお連れの場合、場内はベビーカーの持ち込みが出来ません。抱っこ紐等をご準備ください。
新型コロナウイルス感染症の状況によっては、直前に中止判断する場合があります。予めご理解ご了承をお願い致します。

●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) Fax:086-256-2565
E-mail: kankyounet@okayama.coop 携帯電話:070-2355-1420
※お寄せいただく個人情報は当財団の事業案内以外の使用や第三者への開示など行いません。

好評につき 第4弾

ぜひ
お申し込み
ください!

自宅でする! 自分の食べ方をはかろう

食習慣チェック

申込期間
2022 3/7(月)～4/15(金)

参加費
無料!

詳しくは紹介ムービーを見てね!

岡山県立大学の黒川さん(院生)が
作成してくれたムービーには
「食習慣チェック」のことが
分かりやすく説明されているよ。
(約2分)

ムービーは
こちら

お申し込みは
こちらから!

●おかやまコープホームページ
●右記二次元コード
(対象)組合員とご家族(18歳以上)
※過去に体験された方もOK

食習慣チェックを
受診して

すこやかレシピを
投稿して

①「コーすけエコバック(紺色)」または
②「きらず揚げ」のどちらかをもらっちゃおう!

3月7日(月)～5月20日(金)の期間中に食習慣チェックを実施し、
さらに『コープ商品を使ったわが家のすこやかレシピ』を投稿された方に
プレゼントします。

*ご希望の商品は、郵送するアンケート用紙でお伺いします。
*①は数に限りがあるため、なくなり次第②のお届けとなります。ご了承ください。



報告 こけ玉を作ってちよびエコ気分

平和とくらしプロジェクト

2月1日(火)、オンラインで開催しました。オンラインでこけ玉作りができるか不安でしたが、タイムリーに質問することができ、分かりやすく説明してもらえ、楽しいひとときが過ごせました。

講師 倉敷グリーンファム 中田晶三先生



SDGs「17の持続可能な開発目標」
11 15 17 に当てはまるSDGs達成の貢献を担われています。



オンライン風景



こだわりの材料

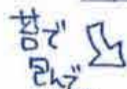
木綿系や軽石など地元のものを使い、SDGsについて考えることができました。



とても楽しく
いけました♡

とても楽しく
いけました♡

ていねいに教えていただき
思ったより簡単にできました!



完成!

苔玉の水やり方法



ボウルやバケツに水をとめ、根元がつかないように5～10分つけてね♡



報告 手軽に野菜を～(株)ふくれん オンライン商品セミナー～

商品大好き委員会

「子どもたちにたくさんの野菜をとってほしい」と考えられた(株)ふくれんさんの「ミックスキャロット」オンライン商品セミナーを2月4日(金)に開催しました。



ミックスキャロット

組合員の声から生まれ、2022年で発売から41周年! 大ヒットロングセラー商品です。



DVDで説明してくれる「にんじんくん」



かわいかったです♡



箱をたたか...

パッケージの横にはじやんけんのイラストが!



ゴミを楽しくコンパクトにできちゃう♡

濃縮された人参をおどし使用! 栄養満点ですわ!

安全安心の取り組みを聞いて子どもに安心して食べせられると思いました。

商品大好き委員会からはミックスキャロットを使ったレシピを提案しました♡

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

おかやまコープは、里山保全の取り組みをすすめています

おかやまコープ 棚田守り隊 会員募集中

北庄棚田の景観維持活動に参加してみませんか。(久米郡久米南町)



田植え



稲刈り

詳しくはこちら▼



棚田守り隊って?

- 棚田は、美しい景観、水貯蔵など多くの役割を持っています。これらの棚田も農家の高齢化等により耕作が放棄されている現状があります。
- このような中で、棚田の景観維持を支援する活動を行っています。

どんなことをするの?

- 北庄棚田(久米郡久米南町)で生産者との交流や棚田保全の支援につながる活動を行います。
- 米づくり(田植え、稲刈り、脱穀など)
 - そばの種まき、そばの収穫
 - その他、夏休み親子企画など
- ※現地集合

会員になるにはどうしたらいいの?

- おかやまコープの組合員で、家族や友達同士などのグループ単位(5人以下)、及び個人で会員に登録します。
- 年会費として1組2,000円いただきます。会費は、棚田保全活動に充てられます。
- 会員の有効期間は、4月～3月の1年間です。途中入会もできますが、会費は2,000円となります。



脱穀