



CO-OP 宅配からの
お知らせ

たべてん便

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。

詳しくは
こちら

おかやまコープ たべてん便

検索



食事スタイルに合わせて選べる3つのコース!

人気 No.1
Tabeten-Bin
おかずコース 塩分3~4g
約400キロカロリー
1人様分 181食 **561円** (税込8%605円)
2人様分 181食 **520円** (税込8%561円)

御弁当コース 塩分3g以下
約500キロカロリー
1人様分 181食 **533円** (税込8%575円)
2人様分 181食 **492円** (税込8%531円)

なごみおかずコース 塩分4g以下
約500キロカロリー
1人様分 181食 **638円** (税込8%689円)
2人様分 181食 **597円** (税込8%644円)

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。

★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

CO-OP お店からの
お知らせ

12/25(日)は

今ついている価格
よりさらにお得な **冷凍食品 2割引!**

コプカプレミアム特典 2倍チャージデー!

12/23(金)・
24(土)・25(日)は **3日連続 ポイント5倍デー!**

店舗
年末年始
営業時間の
お知らせ

2022年 12/28(水)	通常営業	あさ9:30開店
12/29(木)	全店	朝9:00開店 9:00~21:00 (大野辻・東川原は 2日連続ポイント5倍デー 22:00まで)
12/30(金)		
12/31(土)	全店	9:00~18:00
2023年 1/1(日)・1/2(月)・1/3(火) 店休日		
1/4(水)	全店	あさ 9:30~ 新春初売り

コープピーアンドエスのくらし応援サービスをご利用ください

**ピアノ調律
買取り・移動
サービス** お申し込みは
お電話で!



県内全域
対応
提携先: ピアノハウス調律リフレッシュセンター

おかやまコープ組合員調律料金

アップライト
ピアノ 1台 **11,000円** (税込12,100円)
グランド
ピアノ 1台 **13,000円** (税込14,300円)

組合員特典 調律の際に、ピアノ内部の簡易清掃をさせていただきます。
(ご自宅の掃除機をお借りします。)

※ピアノ発表会やコンサートの調律、また、アクション調整や部品交換などの修理は、別途のお見積もりとなります。

お申し込みはお電話で **Tel.086-256-7244** (月~金曜 9:00~18:00)
コープピーアンドエスまで 〒700-0026 岡山市北区奉還町一丁目7-7 オルガ1階

お気に入りのGコレ商品の写真やエピソードを投稿しておトクなポイントをもらおう!



**Gコレスキスキ
キャンペーン
2022**

特典 1投稿につき ※投稿はいくつでもOK!

宅配または
店舗で使える **100ポイント
プレゼント** ※ポイントの上限は1ヵ月500
ポイントまで。
※月末までに投稿されたポイ
ントは翌月に加算します。

さらに 抽選で毎月**50名**様に

おかやま
コープ **500円商品券
プレゼント**



ふだんのくらしに欠かせない
健康、美味しさ、品質、簡単
便利、適正価格、環境など
のオススメができる「コープ
ならではの」商品です。

**応募は
こちらから!** **おかやまコープのキャンペーンサイト**
Gコレスキスキキャンペーン2022 検索

※投稿された内容はおかやまコープの広報物等に掲載させていただきます。

募集期間 ~2023年2月28日(火)

お問い合わせは

☎ 生活協同組合おかやまコープ 問合せセンター
受付時間/月~金曜8:30~21:00 土曜8:30~18:00

☎ **0120-662-538**

— 活動応援プロジェクト —

イキイキハッピー交流会 報告

9/15(木) コープ北畝にて コープ委員さん対象の交流会を開催しました。

12人の委員さんが参加し、多肉植物の寄せ植えと交流を行いました。

交流では これまでに開催された事を発表したり、手作りした物を持参したりと場が盛り上がりました。実際に会って話すことや、一緒に手作りの物を作ることで楽しく、身近に感じることのできるひとときになりました。これからも コープ委員さんが イキイキ楽しくできる活動を応援していきたいです！

多肉植物の寄せ植え



『難病ナースリー』
難波 なるみ先生



↑自分のペースで
作ることができました。



← 先生が優しく
教えてくださいました。

コープ委員さんの交流



↑今年度のつどいで作った作品です↑



フロッグ新聞の紹介



通信を発行して
各委員さんの活動をもっと
広げたいという思いです。



エリアメンバーの紹介もでき
まじつながりかことができました

参加された方の声

とても簡単に
おしゃべりな
多肉植物の寄せ植えが
出来て良かったです！

交流も良かったです。
参考になる話が
いっぱい聞けて
良かったです！

子育てひろば
あひあい



1月開催日のお知らせ

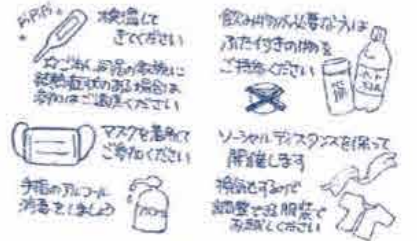
1月20日(金)

コープ
倉敷北 第1.2会議室

先着5組
限定



お茶飲み



見学もOK♡

開催時間 10:30～11:30

※コープ北畝はお休みさせていただきます

★スタンプカード
始めました！

3回 6回 9回 来たらステキなコープ商品プレゼント！

予約はいりません！ 時間内ならいつでも、いつでもOK！

親子(おじいちゃん、おばあちゃんもOK)が楽しく過ごしませんか？ おり紙・ふうせん・絵本の読み聞かせなど♡

気軽に遊びに
来てね♡
スタンプカード

※都合によりお休みさせていただきます場合があります。

※店内でも随時お知らせしていきます

子育て応援プロジェクト

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



鮮度・身質・脂のノリを吟味したおいしい天然ぶり

商品ものがたり



天然ぶり切身

こだわりのポイント

大型サイズを使用

『天然物』にこだわるとともに約8～10kgの大型天然ぶりを原料に使用しています。大型になるほど身に脂がノリおいしさが増します。鮮度・身質・脂のノリを十分に吟味し、より良い原料確保に努めています。

漁期を限定することで安定したおいしさ

主に2～4月に東シナ海から山陰沖で漁獲された脂質のあるものを商品化します。ぶりは1年を通して水揚げはありますが、漁獲時期により脂質が低下します(特に夏場)。そのため、脂のノリが良い時期の原料を指定して確保しています。

ウロコを除去

組合員さんの要望で「ウロコ取り」を実現しました。そのため、焼き物のほかに「ぶり大根」や「雑煮」などにもご利用しやすくなっています。



解凍の仕方

冷凍室から冷蔵庫に移して7～8時間かけてゆっくり解凍してください。お急ぎの場合は電子レンジで解凍してください。