

ホームページでもご覧になれます

おかやまコープ

検索

http://okayama.coop/

平和とよりよい暮らしのために

〒700-0026

岡山県岡山市北区奉還町一丁目7番7号
機関運営・広報室

本紙は、毎週、おかやまコープの組合員さんに、一部ずつお配りしております

CO-OP 宅配からのお知らせ

生活スタイルに合わせて選べる3つのコース!

たべてん便

便利でうれしい、おいしいをお届けします。

お申し込みは1週間単位(5日間・月～金)

配達料はかかりません。

まずは1週間の「おためし」で

ご利用ください。



※写真はおかずコースの一例です。

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 1日1食 **561円**
(税込価格605円)

2人様分 1日1食 **520円**
(税込価格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 1日1食 **533円**
(税込価格575円)

2人様分 1日1食 **492円**
(税込価格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 1日1食 **638円**
(税込価格689円)

2人様分 1日1食 **597円**
(税込価格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お困りの方
- 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

★18:00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。★お留守の場合は、専用の「留守用ボックス」に入れてお届けします。

〈販売エリアのご質問や商品のお問い合わせは〉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 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、

4月4回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

5月3回のお届け

チラシセットにて

(4月30日～5月4日) 予定です。

CO-OP お店からのお知らせ

母の日・父の日・こどもの日
ギフトもポイント5倍の対象です。

4/15(日)は **ポイント5倍!**
冷凍食品4割引!

お急ぎください!

- 母の日・父の日ギフトの早期割引は4/15(日)まで!
- こどもの日ギフトの注文締切は4/15(日)まで!

4/22(日) 開店～夕方6時まで
コープのわくわく大抽選会開催

1等景品は フードプロセッサー 各店1本

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。4/22(日)は抽選補助券5枚で1回抽選が可能です。

チラシの
お知らせ

4/13(金)～4/17(火) 「まんなかの市」「四国フェア」

4/14(土) 4/15(日) 左記2店舗において、本場高知の
10:00～16:00 10:00～16:00 職人によるわら焼きかつおたたきの
コープ西大寺 コープ大福 焼きたて実演販売を行います。

(公財)おかやま環境ネットワーク

『助成活動報告会』のご案内

～2017年度助成団体からの活動報告会～



日時 5月12日(土) 13:00～15:00

活動報告団体とテーマ

会場 オルガ5階スカーレット
(岡山市北区奉還町1-7-7)

受講料 無料

定員 50名 ※定員を超過し参加いただけない場合のみ連絡します。

申込 5月7日(月)必着で「助成活動報告会参加申込」とご記入の上、
①氏名②住所③郵便番号④電話(携帯)番号をFAX・E-mail・郵便にてご連絡ください。

- 特定非営利法人里海づくり研究会
「沿岸海域における物質循環促進技術の開発」
- 認定NPO法人共存の森ネットワーク
「アマモ場再生で形成される日生の食文化の伝承」
- 岡山理科大学附属高等学校科学部
「旭川流域河川の底生動物を利用した水環境調査」
- あかいわ美土里の和 「里山再生プロジェクト」
- 千年の森つくりグループ
「豊かな美咲町自然・環境、人づくり」
- おかやまコープ美作エリア
「バイオマス産業都市「真庭」に学ぶ環境保全活動」
- つやま演劇教育研究会
「演劇を介したクールチョイスの周知・促進」
- あかいわエコメッセ
「第19回あかいわエコメッセ(環境企画展)」

●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1-7-7(オルガ6階)

Tel/Fax:086-256-2565 E-mail:kankyounet@okayama.coop

くらしの見直し活動

LPAの会 楽しく、学びあい、より豊かなくらし!

くらしの見直し学習会を開催してみませんか!

「教育資金の作り方」「年金」など
くらしを見直すうえで大切なメニューを用意しています。

3人以上集まれば、
自宅でもどこでも
開催できます

あなたにぴったりの
学習会がきっとある!

選べる13の学習メニュー!

学習会の時間 60分(質疑応答ありで120分)

お申し込み 開催の2ヶ月前までにご相談ください。

無料



A わが家サイズの保障がわかる
～もしもの時、入院の時～

B 火災・くるまのイロハ
～自然災害多発!あなたの家の備えは大丈夫?～

C [DVDでわかる]意外と多い!自転車事故
～加害者・被害者にならないために。
問われる責任・知っておきたい交通ルール～

D 【乳がん触診キットを体験】
知ってみよう!乳がんのこと
～早期発見で守ろう自分のからだ～

E 夢をはぐくむ教育資金の作り方
～子どもの夢をかなえるには「いつ必要・いくら必要」～

F お金がたまるツボ!(家計術)
～知っているようでわからないお金の事。
あなたのお金の貯まる家計術がわかります～

G 夢をかなえるマネープラン
～ライフイベント表から見えてくるわが家の未来図～

H ハッピーセカンドライフ
～わたし流♪安心して楽しくくらすために～

I 知って得する私の年金
～私の年金どうなっている?ねんきん定期便はきたけれど～

J 明るい終活のおすすめ!
～自分らしいエンディングを考えるために今、できること～

K 介護する側、される側 今知っておきたい社会のしくみ
～1人で悩まない介護元気で暮らすための備え～

L タックス(FP3級入門より)
～知って得と役立つ身近な税金の話～

M 相続・贈与(FP3級入門より)
～突然やってくる問題に困らないためにわかりやすい相続の話～

おかやまコープ 共済グループLPA(ライフプランアドバイザー)の会事務局 ☎086-256-2522(月～金曜 9:00～17:00)

[CO-OP共済ニュース]

個人情報について

この紙面を通じてお寄せいただく個人情報は、おかやまコープで定める利用目的、規則などに準じて適切に管理、運用いたします。利用目的以外の使用や第三者への開示などは一切行いません。



このチラシは環境にやさしい植物油インキを使用しています

見つけよう!くらしと生協

美作エリア総代会議のご案内

日時 5月8日(火) 10時～12時

会場 津山市総合福祉会館 4F 大会議室

活動テーマ
つなごろう! みんなの願い♡
つなげよう! 笑顔の「わ」
わたしたちの「願い」が たちとなるよう
地域ともつながり 笑顔いっはいの「わ」が広がる
「わたし発」のイキイとした活動をすすめていきましょう

エリア総代会議では、美作エリア2017年度の振り返りと、2018年度のおすすめ方(案)を話し合い、確認すること、
そして、第62期通常総代会議案(一次案)について話し合い理解を深める場となっています。
総代以外の組合員さんでエリア総代会議への参加をご希望の方は、美作エリア事務局までお申し込みください。



- 参加者には交通費が支給されます。(ご自宅から会場までの距離を測り、来てください)
- 託見あります。(1才以上 託見料:おひとり100円) 託見は申し込み制です。キャンセルの場合は事務局までご連絡ください。

申し込み締め切り 4月20日(金) 17時まで

美作エリア委員会

健康なカラダづくり

もち麦を使ってみよう! 報告

1月24日(水) コーポ 不田

30名参加

美作市健康づくり推進課の方に美作産もち麦の特徴などを聞いた後、もち麦を使って調理をしました。

メニュー

- 3割もち麦お粥
- もち麦入りコンソメスープ
- もち麦入りかぼちせサウタ
- ゆでもち麦入り煮込みハンバーグ
- もち麦つくたに ←人気No1
- もち麦グーシュー
- もち麦のおはき

おやつにも使える!

こんなにバリエーションも多く使えそうなのを知り、これから使う機会が増えそうです♪

栄養価も高く身体もキレイになりそうです! 楽しみですよ!

今話題のもち麦を初めて頂き、食感が良くてつくた煮が気に入りました。

募集人数を大幅に超える申し込みがありました。抽選にもれお断りした方、申しわけありませんでした。

「こぼる」たいせつプロジェクト

7077チ ① もちもち ② 7077チ ① もちもち ①

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



2017年度Cコレ総選挙 宅配部門:第10位 店舗部門:第5位

商品ものがたり vol.164



CO・OP たこ焼き

かつおの風味としょうがを効かせ、中はとろ〜り、なめらかな食感に仕上げたたこ焼きです。

中はとろ〜り、なめらかな食感です。かつおとしょうがの風味がおいしさを引き立てます。かつおだしを使い、風味よく仕上げました。そのままでも、ソースやマヨネーズをつけてもおいしく召し上がれます。おやつや昼食にどうぞ。

レンジでチンするだけなのに7777と中がとろける食感でお昼にとても便利です。

組合員さんのおすすめの声

春休みや夏休みに子どものお昼にぴったり。手軽で助かります。



岡山市 夏山理菜さん



岡山市 北浦澄美代さん