



！ 本当は危険なドライアイス

ペットボトルにドライアイスを入れて放置していたところ破裂し、子どもさんが手を7針も縫う大怪我を負ったというニュースがありました。ドライアイスは便利なものですが、取り扱いを間違えると大変な事故につながります。ドライアイスの取り扱いには十分ご注意ください。



- ①素手でさわらない
 ドライアイスは-79℃の超低温です。素手でさわるとやけど(凍傷)します。
- ②ビンやペットボトルなどの密封容器に入れない
 ドライアイスは二酸化炭素を超低温で固めたものです。放置すると気体となって膨張し、ビンやペットボトルなら簡単に破裂します。破片やフタが目にあたると失明の危険も!
- ③車内では換気に注意する
 ドライアイスは気化すると二酸化炭素になります。閉めきった空間で二酸化炭素が増えると酸欠を起こす危険が!購入した商品の保冷用などで車の中に持ち込む場合は、窓を開けるなど換気に心がけてください。



今週は登録受付週!

利用登録商品とは?

ふだんよく使われる商品をご登録いただくことによって毎週お届けします。

注文書うら面

「ベンリな」利用登録商品は、その週のデリコ(食品カタログ)と同じ価格です。
新規登録はここで

「オトクな」利用登録商品は、いつでも一番お得な価格です。
新規登録はここで

※詳しくは今週配布のチラシをご覧ください。



7/22(日)はポイント5倍! 冷凍食品4割引!

「生協の夏ギフト」「店内ギフト」もポイント5倍の対象です

7/20(金)	「土用の丑の日」
7/21(土)~7/24(火)	「夏休みのごちそう」
7/25(水)~7/26(木)	「とびっきり2Day's」

7/29(日) 開店~夕方6時まで
コープの日 わくわく大抽選会開催!

特等はコープの商品券10,000円分 各店2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。7/29(日)は抽選補助券5枚で1回抽選が可能です。

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

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)



会場	日程	
オルガ	8/8(水)	9/19(水)
コープ大野辻	8/4(土)	8/23(木)
コープ西大寺	8/4(土)	8/20(月)
コープ北畝	8/25(土)	8/28(火)
コープ東川原	8/17(金)	9/21(金)
コープ福富	8/8(水)	8/18(土)
コープ大福	8/17(金)	8/25(土)
コープ総社東	8/9(木)	8/18(土)
コープ倉敷北	8/18(土)	8/21(火)
コープ鴨方	8/9(木)	8/18(土)
コープ林田	—	—
コープ山陽	8/4(土)	8/8(水)
真庭センター	8/20(月)	9/10(月)
井原センター	8/28(火)	9/25(火)
新見センター	8/14(火)	9/11(火)

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]

We Support unicef ユニセフ募金贈呈式を開催しました

おかやまコープはユニセフを応援しています

世界の子どもたちの笑顔のために
353万9,133円を贈呈しました。

目録と組合員さんから寄せられたメッセージを収めたアルバムを岡山ユニセフ協会の高田武子専務理事へ手渡しました。
 高田専務理事から「募金には、皆さまの気持ちがいっぱい詰まっています本当にありがとうございます。ユニセフは、ひとりの子どもも取りこぼさないという想いでこれからもずっと子どもたちの支援に取り組んでいきたい」とお礼の言葉をいただきました。
 寄せられた募金は全額、支援の届きにくい子どもたちを優先に190の国と地域で活用されています。このうち150万円は「ミャンマー指定募金」として、ミャンマーの女性と子どもたちの栄養支援に役立てられます。



組合員の代表から岡山ユニセフ協会へ贈呈しました。



54通のあたたかいメッセージが寄せられました。

◎ 豚肉のマーマレードみそ焼き

＜材料＞
豚肉切り落とし 500g
味噌 大さじ3
マーマレード 大さじ4
サラダ油 適量

＜作り方＞
① ジュップロックに肉、味噌、マーマレードを入れてよくもみ、一晩つけ込む。
② フライパンにサラダ油をひき1枚ずつ並べて焼く。フライパンに焦げがでるので「キッチンペーパー」でふき取る。

ママレードと生妻焼き用肉、モモ肉やバラ肉でも美味しいですよ。



◎ トマトと豚ヒレの甘酢

＜材料＞
豚ヒレ 150g
トマト 16個
*醤油 大さじ1
*酒 大さじ1
*みりん 大さじ1
*黒酢 大さじ1
*塩昆布 7g
大葉 4枚
ごま油 大さじ1
片栗粉 適量

＜作り方＞
① 豚ヒレ: 1cm厚にそぎ切りにして、おろしにんにく(分量外)と塩胡椒でもむ。
② トマト: 半分に切る。大葉: 半ごちぎる。
③ 豚肉に片栗粉をまぶす。
④ フライパンにごま油を入れ温めたら中火で両面焼く。
⑤ キツネ色になったらトマトと*を入れ炒め煮にする。
⑥ とろみをつけたら大葉を散らして完成。

コープおかもま豚お知らせ実行委員会



レシピ カンタン Recipe

美味しいコープおかもま豚の鬼めかを、もっともっと皆さんに
お伝えしたい!! ということで、簡単に出来る、「我が家の食卓」
にはちょっと新鮮なレシピをご紹介します♪



◎ 豚肉のピザ風リテー

＜材料＞
豚ヒレ 300g
小麦粉 適量
ピーマン 1個
玉ねぎ(みじん切り) 半分
とろけるチーズ 2枚
*酒 大さじ4
*ケチャップ 大さじ4
塩胡椒 適量
タバスコ お好みで
サラダ油 適量

＜作り方＞
① 玉ねぎはみじん切り、ピーマンは1cm角に切る。*もまぜておく。
② 豚肉は1～2cmの厚みに切り塩胡椒をして薄く小麦粉をからませる。
③ フライパンにサラダ油をひき豚肉を強火で1分焼き、焼き色が付いたら裏返す。
④ 弱火にし玉ねぎ、チーズをのせピーマンをあらす。豚肉の回りから*を流し入れ蓋をし中火で3分位焼く。火を止めて1分蒸らして完成。



◎ キャベツと豚の梅和み

＜材料＞
豚肉 200g
(しゃぶしゃぶ用)
キャベツ 1/4個
梅干し 3個
味付きお酢 適量
(ドレッシング)
青ネギ 適量

＜作り方＞
① キャベツを蒸して水けをきり、ざく切りにする。
② 豚肉を茹でて、茹であがたら冷水で冷まし水けを切る。
③ ①と②を混ぜ、梅干しを切った汁と味付きお酢を加えて和み、皿に盛ってネギをのせて完成。

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



エシカル

環境にやさしいコープの洗剤 人気の理由!

商品ものがたり vol.171

セフター-E



セフター-ENERGY (エナジー) 抗菌・防臭



セフター-E
5つの酵素と泥汚れキャッチャーの合わせ技
少ない量でも汚れをしっかりと落とす秘密は、5つの酵素と泥汚れキャッチャー。標準使用量わずか15g(水30Lの場合)でパワフルな洗浄力を発揮。蛍光増白剤無配合で、色柄衣類の自然な色合いも生かします。さわやかなフローラルグリーンの香り。

セフター-ENERGY (エナジー) 抗菌・防臭
W抗菌成分・タンパク分解酵素配合でニオイの元を抑制
W抗菌成分・タンパク分解酵素配合で、部屋干しの生乾き臭やイヤなニオイの原因菌を抑えます。すすぎは1回でOK。イヤなニオイをいい香りに変える機能性香料(ハーバルエアの香り)を使用。蛍光剤・着色料無配合

カーボンフットプリント(CFP)

カーボンフットプリント(CFP)とは、商品の原材料の調達から廃棄・リサイクルまでの間に排出される温室効果ガスの量をCO₂(二酸化炭素)の量に換算表示したものです。
カーボンフットプリントを算定することで、何からどのくらいのCO₂(二酸化炭素)が排出されているかが分かり、事業者や消費者がCO₂(二酸化炭素)を削減するためのヒントが得られます。



例)コープのセフター-E(衣料用粉末洗剤)のカーボンフットプリント