

ホームページでもご覧になれます

おかやまコープ

検索

https://okayama.coop/

平和とよりよい暮らしのために

おかやまコープ

おかやまコープ

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

おかやまコープは、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。

「さよなら、ハロルド!」にご招待! **30名**

おかやまコープは、『岡山・子ども未来応援プロジェクト』を応援しています

3月24日(日)14:30開場 / 15:00開演 ※上演時間は約1時間半(休憩なし)です。

おかやま未来ホール(イオンモール岡山5階)にて

申込 ホームページ(イベント情報)、またはお電話で。名前・組合員コード・連絡先・申込人数をお伝えください。お1人様につき1回(最大3名まで)の応募に限らせていただきます。

※未就学児のご入場はご遠慮ください。

※応募者多数の場合抽選となります。

※当選はチケットの発送をもって発表にかえさせていただきます(2月中旬予定)。

締切 2月11日(月)



お申し込みは
 こち5からもし



詳細はこちらから/

岡山子ども未来ミュージカル

検索

●お申し込み・お問い合わせ / 機関運営・広報室 TEL:086-256-2515(月~金曜9:00~17:00)

お店からの
 お知らせ

2/2(土)・2/3(日)は



**2日連続
 ポイ5倍!
 冷凍食品
 4割引!**

その他多数
 ご用意しております。

チラシの
 お知らせ

2/1(金)~2/3(日) 「得得の市」「節分パーティー」
 2/5(火)~2/7(木) 「春の中華」

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	2/20(水)	3/20(水)
コープ大野辻	2/14(木)	3/9(土)
コープ西大寺	2/18(月)	3/2(土)
コープ北畝	2/23(土)	2/26(火)
コープ東川原	2/15(金)	3/15(金)
コープ福富	2/16(土)	3/16(土)
コープ大福	2/15(金)	2/23(土)
コープ総社東	2/14(木)	2/16(土)
コープ倉敷北	2/19(火)	3/16(土)
コープ鴨方	2/14(木)	2/16(土)
コープ林田	2/18(月)	3/9(土)
コープ山陽	3/2(土)	3/13(水)
真庭センター	2/18(月)	3/18(月)
井原センター	2/26(火)	3/26(火)
新見センター	3/12(火)	4/9(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
☎086-230-6303(月~土曜 9:00~17:00) [CO-OP共済ニュース]

We Support
unicef

ユニセフお年玉募金にご協力ください

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
 命と健康を守るために

世界では、5歳の誕生日を迎える前
 に、年間540万人の子どもが命を
 落としています。その原因の多く
 は、安全な水やワクチンがあれば
 簡単に防ぐことができるものです。
 あなたの募金が子どもたちの支援
 に役立ちます。



©UNICEF_UN0160503_Soares
 巡回診察で
 発育観測を受ける
 東ティモールの女の子

**募金
 方法**

注文用紙で募金

募金受付期間 2月2回、3回、4回の注文用紙
 OCR注文書の裏面 注文番号 **1520** 番に
 「口数」をご記入ください。

eふれんずで募金

注文番号 **1520** と
 「口数」をご入力ください。

店舗で募金

店舗に募金箱を設置
 しています(2月末まで)

例)5口で500円になります。

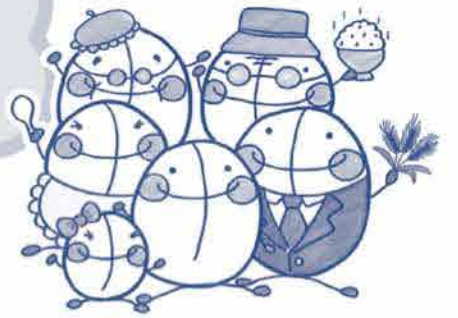
注文用紙裏面の
 このあたりです!



健康なカラダづくりに

Part 2

『もち麦を使ってみよう!!』



とき：2月26日(火)
10:30～12:30

ところ：コープ林田

参加費：300円

持ってくる物：

エプロン、三角巾、マスク、ふきん

託児：1才以上、1人100円

7人まで。多数の場合は抽選。

募集人数：30名

応募多数の場合抽選。

落選者のみ電話連絡します。

申込み切：2月15日(金)

主催：たべるたいせつプロジェクト

昨年大人気だった、
美作市産のもち麦を
使った調理実習!!



今年もメニューも新たに開催します。
美作市の「健康作り推進課」の方に
美作市産もち麦の特色などを
教えてもらいましょう♪

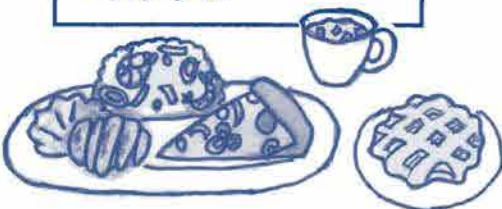


・託児を希望される方へ

- ・当日は10分前に託児受付を済ませて下さい。
- ・お茶を持って来て下さい。おもちゃ、おやつは持って来ないで下さい。
- ・必要に応じて、おむつ、お昼寝用バスタオルなどをお持ち下さい。持ち物には必ず名前をつけて下さい。
- ・当日お子さんの体調がすぐれない場合はお預かり出来ない場合があります。
- ・託児は申し込み制です。キャンセルの場合はエリア事務局へ連絡して下さい。

メニュー

- ・パエリア
- ・ピザ
- ・鶏もも肉の照り焼き
- ・ミネストローネ
- ・ワッフル



※イラストはイメージです。

切り取って配送担当者かサービスカウンターへ

(ご記入いただいた個人情報は目的以外に使用しません)

2/26 健康なカラダづくりに『もち麦を使ってみよう!!』Part 2 申込用紙
申込み切 2/15 (金)

お名前 _____ 組合員コード _____

☆託児

お子さまの名前 _____ 年齢 _____ 才 _____ か月
男・女 (Oをつけて下さい) アレルギー 無・有 ()



→美作エリア事務局行き
たべるたいせつプロジェクト

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



宅配部門で6年連続1位!不動の人気商品。



淡塩さば

漁業大国、ノルウェー産のさばを使用し、鮮度を大切に低温・短時間で三枚に卸し、更に腹骨、カマ、ヒレを取り除きました。塩分は約1.3%に仕上げてありますので、焼物・煮物・揚げ物などいろいろな料理にご利用いただけます。

商品特徴

原料の鮮度にこだわりました

原料はノルウェー沖で、8～11月に漁獲されたものの中から、品質を確認し使用しています。また、加工工程での鮮度管理は“手早さ”と“低温度”にあります。三枚おろしや切身に加工する際にも常に温度管理に注意して作業をしています。

グレースで乾燥や酸化から守ります

「淡塩さば」の表面には「グレース」と呼ばれる氷に被膜を付けています。これにより、空気との接触を遮断し、脂の酸化と魚の乾燥を防ぎます。

「天日塩」が素材を引き立たせます
海水を太陽熱で蒸発させた「天日塩」を使用しています。塩加減は約1.3%で仕上げているので、焼物はもちろん、揚げ物・煮物・炒め物などいろいろな料理にご利用いただけます。

腹骨・カマ・ヒレを取り除きました

魚の骨取りが苦手な方でも食べやすいように腹骨・カマ・ヒレを取り除きました。(注:「骨取り」ではありませんので小骨は残っています)

組合員さんのおすすめの声

家族の中で生協の淡塩さばは、あぶらのりや味の良さは一番と、淡塩さばの企画があれば、毎回のよう注文します。

いつでも塩加減が同じで、減塩での食生活をしているのでとてもおいしいです。

倉敷市
浅野桂子さん

岡山市
栗坂早苗さん