



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。

★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。



詳しくは  
 こちら



〈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)**

お店からの  
 お知らせ

**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。



ぜひ  
 お申し込み  
 ください!

**好評につき 第4弾**

自宅でできる! 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

結果書を参考に  
 食生活の見直しについて  
 考えてみよう!  
 ぜひ参加してね!!

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

## あなたはどこ？ 家でも お店でも コープ商品セミナー ～生協牛乳・ヨーグルト編～

～コープ商品お知らせ委員会・店舗グループ～

12月15日(水)に36名(オンライン・コト林田会場合わせて)と、たくさんの方にご参加いただきました。生協牛乳・生協ヨーグルトのこだわりや、低脂肪牛乳と低脂肪乳の違いなどを聞き、牛乳を使った料理の調理映像を視聴しました。メニューは『エビと野菜のシチュー』でした。オンライン参加の方の中には、デモンストレーションに合わせて実際に調理される方もおられました。



～参加者の声より～

簡単に作れそうなレシピだったので、ぜひやってみたい！



牛乳の説明やクイズを通して新しく知ったこともあって、勉強になりました！

生協牛乳はあまり買ったことがなかったから、これから買ってみようかな～

ルーを使わない作りの方があつりして、美味しかった！



交流の時に、「どんな具材を入れる？」の質問にふだん使わない具材が聞いて参考になった！



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)



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。

