



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。

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。

詳しくは  
こちら



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 1日1食 **561円** (税込8%605円)  
 2人様分 1日1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 1日1食 **533円** (税込8%575円)  
 2人様分 1日1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 1日1食 **638円** (税込8%689円)  
 2人様分 1日1食 **597円** (税込8%644円)

★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

お店からの  
お知らせ

6/5(日)は

ポイント5倍!

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**

受付中! 2022年 生協の夏ギフト  
注文締切は7/31(日)までです。

早期割引は7/3(日)まで

漬け込み  
シーズンです。

コープ各店では梅・らっきょう等、  
漬け込み材料各種取り揃えておりますので  
是非ご利用ください。

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)

●コープ福富は共済カウンターでのご  
相談になります。それ以外は会議室  
でのご相談になります。

※新型コロナウイルス感染拡大予防のために、予約受付を中止する場合があります。マスクの着用をお願いします。

おかやまコープ 仲間づくり・共済推進グループ LPA(ライフプランアドバイザー)の会事務局  
☎086-296-9911 (月~金曜 9:00~17:00) [CO-OP共済ニュース]

| 会場     | 日程      |         |
|--------|---------|---------|
| オルガ    | 7/20(水) | 8/17(水) |
| コープ大野辻 | 6/23(木) | 7/28(木) |
| コープ西大寺 | 6/20(月) | 7/2(土)  |
| コープ北畝  | 6/25(土) | 6/28(火) |
| コープ東川原 | 7/15(金) | 8/19(金) |
| コープ福富  | 6/18(土) | 7/13(水) |
| コープ大福  | 6/25(土) | 7/15(金) |
| コープ総社東 | 6/18(土) | 6/21(火) |
| コープ倉敷北 | 6/21(火) | 7/19(火) |
| コープ鴨方  | 6/18(土) | 7/14(木) |
| コープ林田  | 6/27(月) | 7/16(土) |
| コープ山陽  | 7/2(土)  | 7/13(水) |
| 真庭センター | 6/28(火) | 7/26(火) |
| 井原センター | 6/28(火) | 7/26(火) |
| 新見センター | 6/28(火) | 7/26(火) |

おかやまコープ生活支援サービス

は~と♥ふるネット

「ちょっと助けてほしい」という時、「困ったときは、お互いさま」の気持ちで  
組合員さんが自分のできる範囲のことでお手伝いしている「有償ボランティア」です。  
応援はご自身の生活に合わせて無理なく得意なことを選んで活動できます。  
あなたにできることで登録してみませんか?

こんな活動をしています



ゴミ出し

買い物  
代行

子育て応援

草取り

お掃除

詳しくは  
こちら↓



応援者  
募集

あなたの手を  
かしてください

空いている  
時間で♪

男性の方も  
大歓迎♪

- 組合員で健康な方  
特別な知識や資格はいりません
- 活動は時間や内容を相談できます
- 活動費は1時間650円と交通費実費
- 説明を聞いて登録して活動スタート  
(説明を聞くだけでも構いません)
- 登録後に「おためし活動」ができます



まずは  
お電話  
ください

生活支援サービス総合窓口

みんなハッピーコープ

☎ 0120-378-502

月~金曜  
9:00~17:00  
年末年始除く

### 報告はじめてのZOOM&インスタ ~やってみよう! オンライン☆~

美作エリア委員会

3月15日(火)に、コープ林田で開催され 11名の方が参加してくださいました。  
 最近よく聞く「Zoom」と「Instagram」気になるけど何からしたらいいの? どうやってするの?

という方向けにスマホアドバイザーの方を招いて一から教えてもらいました。

自分のスマホ・タブレットや貸出機を使って説明を聞きながら実際に操作してみました。



操作する機能が画面から消えて困っていたのが解決してよかった。

分かりやすかった。



使いこなせるように頑張りたい。

インスタは見るだけだったけど、これからはもっと楽しみたい。

「Zoomとは何?」「どんなことが出来る?」という基本的な事を日常生活で目にするものに置きかえて分かりやすく教わりました。

またInstagramについても「SNSって?」という所から詳しく学びました。

コロナ禍でコープの活動もオンラインを利用する事が増えてきました。今回学んだ事を活かしてオンラインセミナー等、参加してもらえると嬉しいです。

またこのような機会があったら参加したいです。



check!



美作エリア委員会のインスタでは企画やキャンペーン等のお知らせをしています。ぜひのぞいてみて、よかったらフォローしてくださいね。

Ｑおがやまコープ美作エリア

もしくは

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 北海道・十勝で育まれた旬の甘み。100%十勝産。

商品ものがたり

組合員さんのおすすめの声

他のお店とコーンの甘みと弾力が違います。初めてこんなに違うのかと改めて生協の商品に感激しました!

1歳半を過ぎた孫が大好きです。おがやまごはんに入れて食べます。

笠岡市 磯田さん 赤磐市 山田さん

商品特徴

北海道十勝産の  
 スイートコーン

原料の産地を北海道十勝地方に限定。十勝地方のJAの契約農家が栽培したスイートコーンを使っています。製品から栽培農家までトレース可能なので安心です。国産、中でも北海道産の冷凍つぶコーンは市販品でも少なく、CO・OPならではの商品です。

旬の甘みをギュッと閉じ込めました

コーンは甘みの強い「スーパースイート種」を使用しています。8月下旬～9月頃、糖度・水分・粒の入り具合が最も適した適熟期に収穫し、もぎたての甘みや食感が損なわれないよう、鮮度が落ちないうちに現地の工場ですぐ凍結。みずみずしいコーンの甘み、うま味を閉じ込めました。さらに、目視でしっかりと選別することで、見た目にも色がきれいなつぶコーンに仕上げています。



北海道のつぶコーン