

ホームページでもご覧になれます

おかやまコフ

検索

<https://okayama.coop/>

おかやまコフ

おかやまコフ

本紙は、毎週、おかやまコフの組合員さんに、一部ずつお配りしております

おかやまコフは、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。

宅配からのお知らせ

たべてん便をご利用されませんか!

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(月~金・5日間)
 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。

★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。
 ★お留守の場合は、専用の「保冷箱」に入れてお届けします。

人気No.1 **たべてん便**

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** (税込参考価格605円)
 2人様分 1日1食 **520円** (税込参考価格561円)

おかず・御弁当・なごみおかずコースをご利用の方限定!

※月~金5日間毎日ご利用の方のみ。

冷凍おかず

16種類のメニューから2食セットを週替わりで順番にお届け

2食セット **1,120円**
 (税込参考価格1,209円)

毎週金曜日お届け

お弁当がお休みの**土日**にもおすすめ!

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

お店からのお知らせ

12/16(日)はポイント5倍! 冷凍食品4割引!

ポイント5倍の対象です ●迎春商品のご予約 ●店内ギフト

お急ぎください! 迎春予約12/23(日)まで

12/23(日)はコフ歳末大抽選会第2弾開催!

只今コフ各店では1回のお買物金額1,000円ごとに抽選補助券を1枚配布しています。12/23(日)は抽選補助券5枚で1回抽選ができます。

1等は 5,000円相当の黒毛和牛すき焼き!

チラシのお知らせ

12/14(金)~12/17(月) 「地元おかやま うまいもの発見市!」
 12/18(火)~12/21(金) 「もうすぐクリスマス」

就職・入学卒業のご家族様にも

コフピーアンドエスの暮らし応援サービスをご利用ください

洋服の青山 スーツのはるやま

ご存知ですか? 割引クーポンご使用後、さらに**10%の組合員割引**があります。

青山・はるやま割引クーポンご請求 注文番号 **002511**

- 12月5回または1月1回OCR注文書「6ケタ商品注文欄」にご記入ください。(注文書提出期間 2018年12月17日~12月27日)
- お申込みより2週間前後で生協ご登録住所に郵送でお届けします。
- 詳しいご利用方法はお届けする「青山・はるやま割引クーポン」をご覧ください。
- 一部組合員割引と併用できないセール等があります。
- お急ぎの場合は、下記まで電話でご請求ください。

コフピーアンドエス ☎086-256-7244 (月~金曜9:00~18:00)

第40回 ユニセフハンド・イン・ハンド募金にご協力を!

ユニセフハンド・イン・ハンドとは、「手に手をとって」世界の子どもたちの幸せと明るい未来を実現するために、一人ひとりがボランティアとして参加する活動です。

今年のテーマ **「すべての子どもに5歳の誕生日を」**

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。おかやまコフでは、今年度もユニセフの募金活動に取り組みます。世界の子どもたちに生きるチャンスを届けるためにご協力をお願いします。

小学生のハンドベル演奏で楽しく募金活動!

(昨年の様子) 中学生も募金に協力してくれました!

開催日(12月)	会場	時間
14日(金)	コフ倉敷北	10:30~11:30
15日(土)	サンパーク新見	10:30~12:00
16日(日)	コフ大野辻	10:30~11:30
	コフ福富	
20日(木)	コフ林田	11:00~12:00
		12:30~13:30
21日(金)	コフ鴨方	10:30~12:00
23日(日)	コフ西大寺	10:30~11:30
	コフ東川原	
	コフ山陽	
	コフ総社東	10:00~12:00

学んで備えて伝えよう in 淡路島

～北淡震災記念公園
野島断層保存館に行こう～

報告

日時: 10月4日(日)

場所: 淡路島

参加人数: 46人



北淡震災記念公園 野島断層保存館に行き
語りベタさんから体験を聞いた。館内を見学し防災に
ついて考え備えると共に、次世代に語り続けて
いけるように学習しました。



参加者の声

地震体験では
動けず怖かった
実物の断層を見て
大震災の被害の
大きさがわかった

今回の学習から
津波や噴火の
メカニズムについても
学習してみたい。

自然災害には逆らえど
はできないが過去の
災害を忘れるとよく
日頃から考えたり備えたり
自分でできるとして
(けい)

語りベタさんの話から
地域のつながりや助け
合うことの大切さ学んだ。
断層のずれを実際に目で見て
自宅の立地が気になった



広報委員 行く! No.4 このマーク何?

お店や宅配チラシで探してみよう!



原料や製造法にこだわり、おいしさの理由が
明らかな商品。

子育て世帯を応援する商品。

国産素材

主要な原材料に国産
素材を使用している
商品。

産地指定

主な原材料に産地や
栽培方法が明らかな
国産素材を使用した
商品。

健康配慮

栄養素が補給できる
など、健康に配慮した
商品。

手軽にとれる

カルシウムや植物繊維
など、とりたい栄養素が取
れる商品にマークをつけて
選びやすくしました。

おいしく減らす

塩分や糖質など減らし
たい栄養素を減らすこと
ができる商品にマークを
つけて選びやすくしました。



コープ商品を使った
簡単おいしく健康的な
オリジナルレシピ。

「クリームビスケット」と「3種チーズのクッキー」を
試食してみました!!



- サクサクした歯ごたえで、4種の穀物
とアーモンドの食感がしっかり!
- クリームもあっさり



- チーズとこしょうの味がしっかりしてる!
- 甘くなくておつまみみたい!

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



鮮度・身質・脂のノリを吟味。おいしい天然ぶりをお届けします!

商品ものがたり vol.186



天然ぶり切身

大型サイズの天然ぶりを使用。
だからおいしさが違います!

「天然物」にこだわるとともに約8~
10kgの大型天然ぶりを原料に使用
しています。養殖ぶりほどの脂はあ
りませんが、大型になるほど身に脂
のりおいしが増します。原料の
買付けにおいては、鮮度・身質・脂の
ノリを十分に吟味し、より良い原料
確保に努めています。

漁期を限定することで安定したおいしさをお届け
主に2~4月に東シナ海から山陰沖で漁獲された脂質のある
ものを商品化します。ぶりは周年水揚げはありますが、漁
獲時期により脂質が低下します(特に夏場)。そのため、脂の
ノリが良い時期の原料を指定して確保しています。

ウロコを取りました

おかやまコープの組合員さんの要望で「ウロコ取り」を実現
しました。ウロコを除去していますので焼き物のほかに、「ぶ
り大根」や「雑煮」などにもご利用しやすくなっています。



解凍の仕方

冷凍室から冷蔵庫
に移して7~8時
間かけてゆっくり
解凍してください。
お急ぎの場合は電
子レンジで解凍し
てください。