



SUSTAINABLE
 DEVELOPMENT
 GOALS

身近で
 できる
 SDGs

エシカル キャンペーン2022

ミッション「やってみる」に挑戦だ!

キャンペーン期間
 ~9月30日(金)



エントリー **まだ 受付中!**

エシカルな取り組みやチャレンジ企画に参加して報告せよ!

報告
 方法

ミッション報告書(宅配でお届け、もしくは店舗設置)、
 ホームページ専用サイト、Instagram



Alみくちゃん

特典

1投稿につき **100ポイントプレゼント**
 宅配 または 店舗で使える



※ポイントはキャンペーン終了後、一括でプレゼントします。
 ※投稿は何回でもOKですが、1か月500ポイントまで。
 組合員以外の方にはポイントをお付けできません。

または

詳細はこちらから

おかやまコープ エシカル 検索



のぞこさんの投稿

「国産素材」や「コープサステナブル」のマークが付いた食品を使ってひじき煮を作ってみました。



くらしと生協
**住まいの快適物語
 秋号**

● **カタログを無料で
 お届けします。**

カタログが必要な方は、
 8月4回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
 9月2週のお届けチラシセットにて**
 (9月5日(月)~9月9日(金)予定です)



CO-OP
 お店からの
 お知らせ

8/13(土)・14(日)は



2日連続 **ポイント5倍!**

8/14(日)は **今ついている価格
 よりさらにお得な 冷凍食品2割引!**

8/15(月)は **コプカプレミアム特典4倍チャージデー!**

チラシの
 お知らせ

8/19(金)~8/22(月) 「大生鮮市」「まんなかの市」

8/23(火)~8/25(木) 「丼ぶり対決」

「コープでワクワクおしゃべりパーティー」・
 「コープフェスタ2022」中止のお知らせ

「コープでワクワクおしゃべりパーティー」および
 「コープフェスタ2022」について、
 新型コロナウイルス感染の状況から、
 昨年に続き今年も開催は困難と判断しました。
 楽しみにして下さっていた皆さまには誠に申し訳ございませんが、
 ご理解のほどよろしくお願いいたします。

〇お問い合わせ/組合員活動グループ
 TEL.086-256-2570(月~金曜/9:00~17:00)

(公財)おかやま環境ネットワーク

夏休み親子で学ぼう・私たちの暮らしと海



私達は、食卓を通じて世界の海とつながっています。日本に住む私達は、これまで季節に応じて美味しいお魚をいただけてきました。これからは私達は豊かな海の恵みを受け続けることができるのでしょうか?今の日本の海、世界の海はどうなっているのか、これからどうなっていくのか一緒に勉強して考えてみましょう。

日時 **8月25日(木) 9:45受付、10:00~12:00(予定)**

集合 **ひなせうみラボ(備前市日生町日生3518-5)**

参加費 **無料(要申込)**

定員 **親子40名**
 (小学3年生~中学生の
 子どもさんとその保護者)

※応募者多数の場合は抽選。
 おかやま環境ネットワーク個人会員を優先。
 参加可否は郵送等でご連絡。



アズマモの中においた小魚たち

申込 保護者の氏名・郵便番号・住所・携帯電話番号と参加する子どもさんの氏名・年齢を、Eメール、FAX、郵送のいずれかで**8月18日(木)まで**にお申し込みください。

その他 新型コロナウイルスの影響など、直前に中止判断する場合があります。予めご了承ください。

こちらからも▼



要申込

●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での使用や第三者への開示などは行いません。



夏休みのお助けメニュー

その②

小学校低学年でもできるヨ!

包丁も火も使わない!!

自分で作れる!!



たべるたいせつプロジェクト

エシカルキャンペーンにエントリーして「コープわいわい広場」に投稿するとミッション達成になるよ。



① レンジで簡単親子丼

「わいわい広場」
二次元コード



● 材料(1人分)

- ・ごはん お茶碗1杯(150g) ・焼き鳥缶 1缶
- ・溶き卵 1コ分(コープこめたまご) ・ねぎ ... 15g
- ・生協だし入りしょうゆ大さじ1/2 ・水 大さじ2

《作り方》

- ① ねぎを小口切りにする(冷凍ねぎでもOK)
- ② ボウルに溶き卵と調味料を入れて混ぜる
- ③ 耐熱性の器にご飯を入れてねぎ、焼き鳥缶を全部のせ②をかける
- ④ ふんわりラップをし、600Wのレンジで1分30秒加熱する
(卵が固まっていない場合は、様子を見ながら追加加熱してね)

③ ライスピザ

ちょっと火を使うので
親子で挑戦!

- 材料 ・ごはん(無洗米こめたまご)1杯分(120g)
- ・こめたまご1/2コ ・ピザ用チーズ 50g
- ・ハム 2枚 ・コープ北海道のフジユニ大さじ1
- ・ケチャップ大さじ1 ・塩、こしょう ... 適量

- 《作り方》
- ① ご飯をボウルに入れて、溶いた卵と塩、こしょうを入れて混ぜておく
 - ② ハムを1センチ角くらいに切る
 - ③ 油をひいたフライパンが温まったら、ご飯を入れてスプーンで平らにならして焼く

② 担々風鶏そばうどん

● 材料(1人分)

- ・冷凍讃岐うどん 1食分
- ・国産大豆の調整豆乳 150cc
- ・つゆの素(3倍濃縮) 小さじ2
- ・鶏そばろ 大さじ2 ・風味かまぼこ 適量
- ・北海道の野菜ミックス(冷凍) 適量

《作り方》

- ① 皿にうどんと野菜ミックスをのせて4分レンチン
- ② 調整豆乳とつゆの素を合わせてうどんにかける
- ③ トッピングに鶏そばろと風味かまぼこを飾る。

- ④ ケチャップを全面にぬり広げる
- ⑤ その上にハム、コーンをのせて上からピザ用チーズをかける
- ⑥ フライパンにフタをかぶせて中火から弱火でじっくり焼く
- ⑦ チーズがトロリしてきたら出来上がり

エシカル消費につながる商品とレシピを入れてあります。

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

コープ産直こめたまご 組合員講師セミナー

エシカルキャンペーンチャレンジ企画 ミッション 「やってみる」

とうふ 組合員講師セミナー

開催方法 オンライン(ZOOM) 参加費 無料

日時 8月31日(水) 10:00~11:00(予定) 申込期限 8月17日(水)

内容 ●たまごの商品学習
●地産地消がエシカル消費につながる
●たまごを使った料理レシピの紹介

参加人数 50名まで
(申し込み多数の場合は抽選)

申し込みはこちら



エシカル商品の学習もできるよ!

開催方法 オンライン(ZOOM) 参加費 無料

日時 9月7日(水) 10:00~11:00(予定) 申込期限 8月24日(水)

内容 ●とうふの学習
●とうふを使った料理レシピの紹介

参加人数 50名まで
(申し込み多数の場合は抽選)

申し込みはこちら



申込方法 おかやまコープホームページ または「組合員活動グループ」まで TEL.086-256-2570(月～金9:00~17:00)