



CO-OP 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。

詳しくは
こちら

おかやまコープ たべてん便

検索



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 181食 **561円** (税込8%605円)
 2人様分 181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 181食 **533円** (税込8%575円)
 2人様分 181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 181食 **638円** (税込8%689円)
 2人様分 181食 **597円** (税込8%644円)

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。

〈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

CO-OP お店からの
お知らせ

12/25(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!**

コプカプレミアム特典 2倍チャージデー!

12/23(金)・24(土)・25(日)は **3日連続 ポイント5倍デー!**

店舗
年末年始
営業時間の
お知らせ

2022年 12/28(水)	通常営業	あさ9:30開店
12/29(木)	全店	朝9:00開店 9:00~21:00 (大野辻・東川原は 2日連続ポイント5倍デー 22:00まで)
12/30(金)		
12/31(土)	全店	9:00~18:00
2023年 1/1(日)・1/2(月)・1/3(火) 店休日		
1/4(水)	全店	あさ 9:30~ 新春初売り

コープピーアンドエスのくらし応援サービスをご利用ください

**ピアノ調律
買取り・移動
サービス** お申し込みは
お電話で!



提携先: ピアノハウス調律リフレッシュセンター

おかやまコープ組合員調律料金

アップライトピアノ 1台 **11,000円** (税込12,100円) | グランドピアノ 1台 **13,000円** (税込14,300円)

組合員特典 調律の際に、ピアノ内部の簡易清掃をさせていただきます。
(ご自宅の掃除機をお借りします。)

※ピアノ発表会やコンサートの調律、また、アクション調整や部品交換などの修理は、別途のお見積りとなります。

お申し込みはお電話で **Tel.086-256-7244** (月~金曜 9:00~18:00)
 〒700-0026 岡山市北区奉還町一丁目7-7 オルガ1階

お気に入りのGコレ商品の写真やエピソードを投稿しておトクなポイントをもらおう!



**Gコレスキスキ
キャンペーン
2022**

特典 1投稿につき ※投稿はいくつでもOK!

宅配または店舗で使える **100ポイントプレゼント**
 ※ポイントの上限は1ヵ月500ポイントまで。
 ※月末までに投稿されたポイントは翌月に加算します。

さらに 抽選で毎月**50名**様に

おかやまコープ **500円商品券** プレゼント

応募は **こちらから!** **Gコレスキスキキャンペーン2022** 検索
 ※投稿された内容はおかやまコープの広報物等に掲載させていただきます。

募集期間 ~2023年2月28日(火)

お問い合わせは

☎ 生活協同組合おかやまコープ 問合せセンター
 受付時間/月~金曜8:30~21:00 土曜8:30~18:00

☎ **0120-662-538**

2022年度上半期 エリア活動報告

『知るを楽しむ 動くを楽しむ』
のテーマで、コロナ禍のなか、オン
ラインを活用したり、集まらなくても
できる企画や感染対策をした上
での実開催など様々な工夫や
取りくみをすすめました。

来年度どんな企画が
あったら参加したいですか？



知ってる？コープおかやま隊
(Zoom企画)



育てて食べよう
～春まきミニ大根編～



親子で歩こう！
岡山空しく 歩跡めぐり



予約制子育てみまは
(Fバー・たいせつ応援隊と)



秋の総代懇談会報告

11月上旬
オルガホール 106名参加
コープ大野辻 (うちオンライン5名) 岡山西エリア
オンライン

『生協のこと、総代の役割や
総代会について』

『生協のめざすものとおかやまコープの
考え方や取り組みについて』
の説明を聞き意見を
出し合い理解を深めました



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



鮮度・身質・脂のノリを吟味したおいしい天然ぶり

商品ものがたり



天然ぶり切身

大型サイズを使用
『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。大型
になるほど身に脂がノリお
いしさが増します。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
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1年を通して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。

ウロコを除去
組合員さんの要望で「ウロコ取り」を実現しました。そのため、
焼き物のほかに「ぶり大根」や「雑煮」などにもご利用しやす
なっています。



解凍の仕方
冷凍室から冷蔵室
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。