



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

7/9(日)は

**ポイント5倍!**

「生協の夏ギフト」「店内ギフト」「うなぎの予約」もポイント5倍の対象です。

今ついている価格よりさらにお得な **冷凍食品2割引!**



土用のうなぎの予約受付は7/23(日)まで!  
お店でご予約いただくと1点につき各ポイントプレゼント!

生協の夏ギフト注文締切は7/30(日)まで!



7/15(日)はコプカプレミアム特典2倍チャージデー!

チラシのお知らせ

7/14(金)~7/18(火) 「大生鮮市」「まんなかの市」

7/21(金)~7/25(火) 「夏休みのごちそう」

(公財)おかやま環境ネットワーク

シンポジウム「暮らしを支える生態系サービス ~いま考えたい生産者と消費者のつながり~」

食卓や住宅など私たちの身近な暮らしを支える生産現場は、どうなっているのでしょうか。森・里・海連携学の第一人者である田中克氏(京都大学名誉教授)をお迎えし、暮らしを支える岡山の豊かな生態系サービスの重要性と将来の課題について、市民の視点で考え直してみませんか。そして生産者と消費者がこれまで以上につながり、持続可能な安全・安心なこれからの暮らしを一緒に見出しましょう。田中克氏の記念講演(「森里海」を紡ぎ直す~生産と消費をつなぐ「いのちの循環」~)と、森林・農業・水産・行政の報告を交えたパネルディスカッションを行います。

日時 7月29日(土) 13:30(13:00開場)~17:00

集合 オルガホール(岡山市北区奉還町1丁目7-7)

要申込

参加費 無料 定員 会場参加(定員100名)

オンライン視聴(Youtubeライブ配信)

申込 二次元コードから案内チラシをご覧ください、チラシ裏面下段にある申込用二次元コードから、会場参加・オンライン参加別に、お一人ずつお申し込みください。

●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はいりません。

おまたせしました!  
開催決定!

参加無料

LPAの会 小学生対象おこづかいゲームC

学ぶ機会が少ないお金のこと お子さんといっしょに楽しみながら考えてみませんか?

参加人数

3組以上で開催(最大6組まで)

※保護者1人に小学生1人または2人まで  
※小学生未満のお子様の同伴はご遠慮ください

持ってくるもの

筆記用具

お申し込み

こちらから



右の二次元コードまたは、おかやまコープのホームページ、コープアプリのイベント企画からお申し込みください。

- 申し込み多数の場合は抽選になります
- 抽選に外れた場合 午後からでも可能な場合は申込時に「午後可」にチェックをお願いします
- 抽選の結果はメールでお知らせします



会場	開催日	時間	申込締切
コープ倉敷北	7月24日(月)	10:30~12:00	7月10日(月)
コープ総社東	7月26日(水)	10:30~12:00	7月12日(水)
コープ林田	7月31日(月)	13:00~14:30	7月17日(月・祝)
コープ鴨方	8月2日(水)	10:30~12:00	7月19日(水)
コープ西大寺	8月7日(月)	10:30~12:00	7月24日(月)
コープ大福	8月9日(水)	10:30~12:00	7月26日(水)

開催1週間前までにメールが届かない場合はお問い合わせください

お問い合わせ おかやまコープ 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)



ありがとう 10周年

コープ福富へ GOGO

GOGO エミカルプロジェクト

2023年 7月10日(月)

スタンプカード 配布時間 12:00-14:00

カードが無くなり次第終了!!

エミカルスタンプラリー

で店内をぐるっとひとまわり!!

楽しいショッピング!!

10周年の店内にはお得がいっぱい

買っものかすんだら...

スタンプカードと交換で持ちかえり試食品プレゼント!!

お楽しみに♡

SECRET

お楽しみは...

るんるん自分のお子さんには...

スタンプ集めるとお菓子つりもできる!!

※内容は変更する場合があります。

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

CO-OP C-1グランプリ 2022年度 宅配部門では殿堂入り! 店舗部門第5位! 不動の人気商品。商品ものがたり

CO-OP 淡塩さば 三枚おろし

みそ煮にしてもおいしい!!

商品特徴

原料の鮮度にこだわり 原料はノルウェー沖で、8~11月に漁獲されたものの中から、品質を確認し使用しています。また、加工工程での鮮度管理は“手早さ”と“低温度”にあります。三枚おろしや切身に加工する際にも常に温度管理に注意して作業をしています。

グレーズで乾燥や酸化から守る 「淡塩さば」の表面には「グレーズ」と呼ばれる氷の被膜を付けています。これにより、空気との接触を遮断し、脂の酸化と魚の乾燥を防ぎます。

素材が引き立つ「天日塩」 海水を太陽熱で蒸発させた「天日塩」を使用しています。塩加減は約0.9%で仕上げているので、焼物はもちろん、揚げ物・煮物・炒め物などいろいろな料理にご利用いただけます。

腹骨・カマ・ヒレを除去 魚の骨取りが苦手な方でも食べやすいように腹骨・カマ・ヒレを取り除きました。(注:「骨取り」ではありませんので小骨は残っています。)