



本紙は、毎週、おかやまコープの組合員さんに、一部ずつお配りしております

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!

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。

〈ご購入・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

1/23(日)は

コープの日 組合員感謝デー

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
 特典チャージデー

ハッピーナンバーくじ開催!!!
 当日のお買物金額
 2,000円(税込)ごとに1枚配布
 商品券最大
 10,000円分
 が当たる!

恵方巻予約受付中!

詳しくはコープ各店に置いてあるチラシをご確認ください。また、恵方巻のご予約はコープ各店のサービスカウンターへ商品代金を添えてお申し込みください。

ご予約受付期間
 ~1/26(水)まで

かしこく暮らし
 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
 してみませんか?

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	2/16(水)	3/16(水)
コープ大野辻	2/12(土)	2/24(木)
コープ西大寺	2/5(土)	2/21(月)
コープ北畝	2/22(火)	2/26(土)
コープ東川原	2/18(金)	3/18(金)
コープ福富	2/9(水)	2/19(土)
コープ大福	2/18(金)	2/26(土)
コープ総社東	2/9(水)	2/19(土)
コープ倉敷北	2/12(土)	2/15(火)
コープ鴨方	2/10(木)	2/19(土)
コープ林田	2/12(土)	2/21(月)
コープ山陽	2/5(土)	2/9(水)
真庭センター	2/21(月)	3/14(月)
井原センター	2/22(火)	3/22(火)
新見センター	2/18(金)	3/11(金)

春の総代・組合員懇談会のご案内

2022年度の事業や活動のすすめ方など、総代会にむけて
 事前に話し合う場として「春の総代・組合員懇談会」を開催します。

- 総代をはじめ、話し合いに参加を希望する組合員もお申し込みいただけます。
 2月11日(金・祝)までに 下記までご連絡ください。
- 総代のみなさんに、1月下旬に参加確認ハガキを送付しますので返信をお願いします。
- 新型コロナウイルス感染防止対策を実施しますので、ご理解ご協力をお願いします。また、感染拡大状況により中止となる場合や、3密回避の為に会場の
 人数を制限させていただく場合があります。あらかじめご了承ください。
- 託児はありません。お子さん連れの参加もお控えください。

お問い合わせ/機関運営 ☎ 086-256-2515 (月~金曜 9:00 ~ 17:00)

●開催10:00~12:00(予定)

日程	会場	日程	会場
岡山東エリア		美作エリア	
3月 2日(水)	西川原プラザ本館	3月 2日(水)	湯郷地域交流センター
3月 3日(木)	百花プラザ	3月 3日(木)	津山市総合福祉会館
3月 4日(金)	コープ山陽	3月 4日(金)	久世公民館
岡山西エリア		3月 7日(月)	津山市総合福祉会館
3月 8日(火)	オルガホール	備北エリア	
3月10日(木)	コープ大野辻	3月 8日(火)	新見センター
3月11日(金)	コープ大野辻	3月 9日(水)	高梁市文化交流館
倉敷エリア		3月10日(木)	コープ総社東
3月 7日(月)	コープ北畝	3月11日(金)	コープ総社東
3月 8日(火)	コープ北畝	井笠エリア	
3月 9日(水)	コープ北畝	3月 2日(水)	井原市地場産業振興センター
3月10日(木)	倉敷市民会館	3月 3日(木)	コープ鴨方
		3月 4日(金)	コープ鴨方

春の総代・組合員懇談会のご案内

「2021年度の活動の振り返り」と「2022年度のすすめ方(案)」について報告を聞き話し合う場です。組合員ならどなたでも参加できます。

日程	会場
3月8日(火)	新見センター
3月9日(水)	高梁市文化交流館
3月10日(木)	コープ総社東
3月11日(金)	

※いずれも10時～12時(予定)の開催です
懇談会の進行状況によっては終了時間がかかる場合があります

- ・申し込みは2月11日(金)までに下記にお願いします。
Tel 086-256-2677 備北エリア事務局
- ・総代の方は別途お送りしているハガキにて返信ください。
- ・参加いただいた方には交通費を支給します。
- ・託児はありません。お子さん連れの方はオンラインに参加できます。
- ・感染対策として会場に人数制限を設けています。場合によってはご参加いただけないこともあります。
- ・感染拡大状況により中止となる場合もあります。



AMDA-MINDS AMDA MINDS

報告 2021年10/12
コープ総社東

～ネパールのことを知ってみよう～

おかやまコープが2021年度から支援をはじめたネパールについてAMDA-MINDSの小林さんから活動や母親や子どもたちがおかれる王籠境などのお話を聞いたり、簡単なネパール語でネパールのお母さんや子どもたちにメッセージカードを書いたりしてネパール語の体験もしました。(参加者 会場11名, オンライン1名)

नमस्ते!
ナマステ(ネパール語)
こんにちは!



ネパール(首都カトマンズ)国土の70%が山脈・台地
日本では鳥取の大山の高さと同じぐらいの所にあります。
農業に関して平地は米が主流で、余り面ではとうもろこし・豆が作られています。宗教は、80%がヒンドゥー教です。



- ・女性の平均寿命は、71.6歳です。(日本は82.1歳)
- ・2人にひとりの妊婦さんは、専門技術者の介助なく赤ちゃんを産んでいます。
- ・妊婦検診を「きちんと」受けている妊婦さんは、2人にひとりです。
- ・1000人の子どもの内、39人が5歳までに亡くなっています。(日本は3人)
- ・10万人の妊婦さんの内239人が亡くなっています。(日本は5人)

- ・3人に1人の子ども(0～4歳)が標準体重に到達していません。
- ・40%の家にはトイレを設置していません。
- ・4.4人に1人の女の子、5人に1人の男の子が児童労働に従事しています。
- ・女性の方が長く働く傾向があります。

- アンケートより
- ・ネパールの事がよくわかり、支援されているAMDA-MINDSの方の活動についても知れてよかったです。
 - ・ネパール文字を書いてみる機会に恵まれ、ネパールがグッと近い国に感じられた。
 - ・現地に嫁がれた小林さんのお話はとてもスツと入ってきて、私達にもできる応援・支援を売りたい。

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

前回投稿数 4231点!

Cコレスキスキのキャンペーン2021

お気に入りのC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!

わたしはエピソードで!



わたしは写真で!

募集期間 ～2022年2月28日(月)

投稿作品を一部ご紹介!

投稿作品はこちらから

Cコレの素敵なエピソード部門

生協牛乳

▼ベンネーム: まゆけん
牛乳大好きな息子。今の生協牛乳にリニューアルした時は中学生。バスケ部で頑張っていたので、たくさん飲んで飲んで、健康に大きくなりました。今は離れて住んでいるけど、mom&MaMaのパッケージを見ると、当時を思い出して、ちょっと、うれしそうです。みんなが来年には結婚予定。幸せになって。

至福の時

▼ベンネーム: ベル
厚くなりました。チョコの美味しい季節。大好きなCO・OPファミリーチョコレートとあったお茶でほっこり幸せおやつTime♪

Cコレ商品のある風景部門

豆乳ヨーグルト

▼ベンネーム: うぐいす
無糖豆乳を使ったヨーグルトです。よく作ります。簡単にできますよ。

特典

投稿1回につき 宅配または店舗で使える **100ポイントプレゼント!**
★1ヶ月最大500ポイントまで ★投稿は何回でもOK!

さらに抽選で、毎月50名様に
おかやまコープの

500円商品券プレゼント!



応募方法は
こちらから



または
Cコレ商品 検索