



2月 第3週

2024年2月19日発行

本紙はおかやまコープの
 組合員さんにお配りしております

おかやまコープ 検索

CO-OP 宅配からの
 お知らせ

今、宅配を利用していないお友達をご紹介ください!

紹介方法1 スマホで LINE かんたん2ステップ

こちらから!

1 組合員コードと
 電話番号などを入力し、
 「紹介URLを発行する」
 をクリック!
 紹介URLを発行する

2 発行されたURLをLINEや
 メールでお友達に送信!
 申し込みコード **WC2402**
 LINE 何人でもOK!

お友達が宅配[班配・個配]
 コープステーションの
 利用を開始されると!

ご紹介者さまに
 宅配で使える
500ポイント
 プレゼント!
※岡山県にお住まいで宅配をご利用いただいた方が
 対象となります。(玉野市は除く)

紹介方法2 生協担当者にお伝えいただくか、
 問合せセンターへお電話ください

生活協同組合おかやまコープ 0120-662-538
 問合せセンター 受付時間/月～金曜8:30～21:00 土曜8:30～18:00

CO-OP お店からの
 お知らせ

2/25(日)は

今ついている価格よりさらにお得な
ポイント5倍! 冷凍食品2割引!
コプカ特典2倍チャージデー!

3/1(金)は 今ついている価格よりさらにお得な **冷凍食品2割引!**

お知らせのチラシの

3/1(金)～3/5(火)	「得得の市+2」
3/6(水)～3/7(木)	「コープ“おすすめ”厳選商品」

コープ総社東の休業に関するお知らせ

コープ総社東およびコープ総社東に入店しているテナント各店は、昨年8月の火災以降、現在長期休業しています。あわせて、会議室などの店舗施設やサービスのご利用も中止しており、皆さまにご心配をおかけしておりますことを、心よりお詫び申し上げます。

コープ総社東およびテナント各店は、1月に耐久性等の「建物構造調査」が終了し、その結果を受けて、営業再開に向けた改装の準備に入ります。

営業再開についての情報につきましては、ホームページや機関誌「くらしとなかま」や「ウィークリーコープ」等でお知らせしてまいります。まだ、しばらくはご不便をおかけいたしますが、ご理解いただきますよう、どうぞよろしくお願い申し上げます。

お庭のお手入れ おまかせください

詳しくは今週配布の
 チラシをご覧ください

組合員様の声におこたえて
新サービス始めました!

料金の目安 (10%税込価格) 岡山県全域が対象地域です!
 お庭のお困り事などお気軽にご相談ください!

高さ	価格	高さ	価格
剪定 3m未満	3,300円～ 5,500円	伐採 3m未満	4,400円～ 6,600円
3～5m未満	6,600円～11,000円	3～5m未満	13,200円～19,800円
5～7m未満	17,600円～33,000円	5～7m未満	27,500円～38,500円
防除(消毒) 薬剤量 1L	価格 132円～	草とり 面積 1㎡	価格 550円～

●正式な金額はお見積りの際にお伝えします。お見積り以上の作業が発生する場合には事前にお伝えし、無断でお見積り以上の金額を請求することはいたしません。●除草剤・消毒薬の使用量は、お庭や木の状態・害虫の発生状況によって変わりますが、目安として参考にしてください。●松は別途お見積りとなります。伐採・樹木植え替えに関しましては、樹種・幹周によって料金が変動いたしますのでご了承ください。●伐根、人工芝、植栽もご相談ください。

【個人情報取り扱いについて】この紙面でご案内する商品・サービス・資料・催事等をお申し込みされた方の個人情報は、コープピーアンドエスおよび提携や業務委託する企業・団体によるお申込内容の提供、アフターサービスの提供、商品の案内・募集、緊急の連絡等に使用します。

お申し込み・お問い合わせ **Tel.086-256-7244** (月～金曜 9:00～18:00)
 コープピーアンドエスまで 〒700-0026 岡山市北区奉還町一丁目7-7 オルガ1階

第6回 岡山子ども未来ミュージカル

「ハロルド!」に無料ご招待!

ペア15組
 合計
30名

おかやまコープは、
 「岡山・子ども未来
 応援プロジェクト」を
 応援しています



YouTube「OHK公式チャンネル」にてライブ配信!
 イオンモール岡山のサイネージ「haremachiTV」でも中継!

会場 **おかやま未来ホール**
 (イオンモール岡山5階)

日程 各公演5組(10名)ご招待。
 ご希望の公演をお選びください。

① **3月30日(土)**
 昼の部 開場12:30/開演13:00

② **3月30日(土)**
 夕方の部 開場16:00/開演16:30

③ **3月31日(日)** 開場12:30/開演13:00

申込締切 **3月2日(土)**

申込 ホームページ(イベント情報)より。
 お1人様につき1回の応募に
 限らせていただきます。

その他
 ●全席指定となります。
 ●乳幼児、未就学児童のご入場はご遠慮ください。
 ●応募者多数の場合は抽選となります。
 ●当選はチケットの発送をもって発表にかえさせていただきます。(3月中旬発送予定)

こちらから

●お問い合わせ/機関運営・広報室 TEL:086-256-2515(月～金曜9:00～17:00)

詳しくは **岡山子ども未来ミュージカル** 検索

もしもの時 我が家の備えは？

いつ起こるかわからない災害に備えて総社市危機管理室の方から日頃から出来る防災対策についてお話を聞き自分達でできる防災・減災についてみんなでお話してみませんか。

日時 3月13日(水) 10:00～12:00 (受付9:50～)

場所 総社商工会議所

参加費 100円

募集人数 20人

応募者多数の場合は抽選し、外れた方のみご連絡します。連絡がなかった方は当日お越しください。



こちらから申し込みできます

防災グッズ
防災食のお知らせ
総社市の
災害支援の
お話

防災グッズを
作ってみよう

※託児はありませんが「お子さん連れでも参加できます。 申し込み(めり) 3(金)

もしもの時 我が家の備えは？

参加申し込み書 3(金)

ふりがな

名前

電話番号

お子さんの参加有・無

ふりがな

名前

電話番号

お子さんの参加有・無

後日連絡無し

(配送担当者) ⇒ 備北エリア
コープステーション
サービスカウンター 事務局

※コープ総社東は休業中です。

認知症を学び考えてみよう 報告

くらしを守る委員会
(参加人数 14名)

12月7日、総社市長寿介護課職員の方に認知症の前兆や対策、心がまえを教えて頂きました。認知症には色々な症状などがあり、質問を通してたくさん学ぶことが出来ました。

対策や心がまえ
・地域包括支援センターへ早めに相談し、病院を受診する
・本人も不安に感じているので出来なくなった事に注目せず出来ている事を言葉にしてみる
・他人事でなく自分や自分の家族のように温かく見守る



よくある前兆の
具体例
・趣味や興味がなくなる
・人と話さなくなり「あの」「その」などの言葉がぶれる
・冷蔵庫に同じものや消費期限切れのものがぶれる



認知症の予防方

- ・禁煙
- ・血圧のコントロール
- ・7時間以上の睡眠
- ・地中海料理を食べる
- ・運動する
- ・糖尿病のコントロール
- ・社会的な交流をむつ



アンケート

・認知症に対して正しい知識を知り対応していきたいです
・食事や運動など出来ることをしていきたいです。

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



宅配・店舗部門殿堂入りの人気商品

商品ものがたり



CO-OP
冷凍讃岐うどん

強いコシ、もちもちの弾力 讃岐の食感を、冷凍でお手軽に

絶妙な加減にゆで上げたうどんを急速凍結。

うどんのおいしさは、噛んだ瞬間のもちもち感と、その後に続くコシのある歯ごたえ、なめらかなどごしで決まります。一番おいしい加減を見極めてゆで上げ、すぐさま急速凍結しました。

製造工程の工夫により、手打ちの食感を再現。

讃岐ならではの強いコシと弾力を出すために、原料はコシの出やすい小麦粉を使用。さらに、小麦粉に含まれるグルテンが強く形成されるよう、手打ち製法を模して機械で再現。生地をまんべんなく練って延ばす工程を繰り返し、さらに熟成させることで、もちもちとした弾力のあるうどんに仕上げました。

内袋のまま電子レンジにかけただけの簡単調理。

たっぷりのお湯で約1分ゆでるか、電子レンジ(500W～600W)で約4分温めるだけで、打ちたて、ゆでたての讃岐うどんが出来ます。電子レンジ調理の場合、内袋のままチンすることができてとても簡単。加熱後も開封しやすく便利です。

