



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 1日1食 **580円** (税込8%626円)
2人様分 1日1食 **538円** (税込8%581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 **550円** (税込8%594円)
2人様分 1日1食 **508円** (税込8%548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 **660円** (税込8%712円)
2人様分 1日1食 **618円** (税込8%667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

年内は休まず営業いたします

- 12月31日(日)は全店夜6時までの営業とさせていただきます。
- 1月1日(月)~1月3日(水)は店休日とさせていただきます。

※コープ総社東は現在長期休業中です。

新春初売りは全店 **1/4(木)朝9:30~**

1/4(木)限定 新春お年玉企画 朝9:30より!
※いずれもなくなり次第終了となります。

スピードくじ抽選会 各店 **500枚** 限定!
1回のお買物金額1,000円(税込)ごとに、
その場で当たるスピードくじが1回引けます。
1等はコープの商品券10,000円分!
5等、末等(お菓子)まであります!

お楽しみ福袋 各店 **160袋** 限定!
2,300円相当
コープ商品詰め合わせ **一家族様1袋限り**
1袋1,000円(税込参考価格1,080円)

1/4(木)
ポイント**5倍**デー!
今ついでに価格よりさらにお得な
冷凍食品2割引!

1/5(金) コパプレミアム特典**2倍**チャージデー!
1/7(日) 今ついでに価格よりさらにお得な
冷凍食品2割引!
1/7(日)・8(月・祝)
2日連続 ポイント**5倍**デー!

(公財)おかやま環境ネットワーク

株岡山村田製作所 ビオトープ親子企画

ビオトープで見られる野鳥を観察しよう

- 内容
- ①ビオトープにやってくる冬の野鳥を観察しよう
 - ②吉井川の河川敷にやってくる野鳥を観察しよう

日時 **2024年1月27日(土)** 9:30~11:30

集合 株岡山村田製作所(瀬戸内市邑久町福元77)の北西側駐車場

参加費 **無料**

要申込

定員 **小学生20名(保護者同伴でお申し込みください)**
大人のみのお申し込みは、募集状況によりお断りする場合があります。
定員を超えた場合は、抽選(おかやま環境ネットワーク2023年度会員を優先)。

申込 企画名、代表者の氏名・郵便番号・住所・携帯電話番号と子どもさんの氏名・年齢を、
Eメール、FAXのいずれかで**1月19日(金)まで**にお申し込みください。当選者には詳細
案内を郵送いたします。

その他 ●防寒着をご用意ください。●双眼鏡(8倍以上)があればご持参ください。
●少雨決行(天候による中止判断は、前日17:00までにご連絡いたします)。

●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行いません。

10月AMDA 募金月間の報告

~おもしろ地球市民のパスポート~ あなたの気持ちを岡山発の国際協力支援に!

おかやま発国際貢献
From the people of Okayama, Japan

AMDAの
活動に
ついては
こちら



AMDA募金にご協力ありがとうございました

お寄せいただいた募金は
3,877,693円でした。

2023年10月までに
AMDA基金から拠出し、
下記支援を行いました。

- 2023年2月 トルコ地震被災者緊急支援活動 (50万円)
- 2023年4月 ネパール母子健康格差是正事業 (100万円)
- 2023年9月 モロッコ地震被災者緊急支援活動 (50万円)



募金贈呈式の様子



あたたかいメッセージをありがとうございました♪

AMDA

「救える命があればどこまでも」



トルコ地震被災者緊急支援活動
村を訪問し健康チェックを行う
AMDA医師と看護師

AMDA MINDS

「世界の元気を育てたい」



ネパール母子健康格差是正事業
手作りプレゼントに笑顔の母子

(写真提供:AMDA・AMDA社会開発機構)



笠岡市の防災訓練に参加しました～VRによる災害体験～

10月15日(日)に笠岡市消防庁舎公開デー、11月12日(日)に笠岡市防災訓練(小北中にて)にVR災害体験のブース出展をしました。これは9月の市長懇談の際 昨年井笠エリアが行った防災カフェの話しに興味も持たれた笠岡市からのブース出展のお願いによるものです。どちらの会場も体験する人が途切れることなく、子どもから大人まで多くの方に見ていただきました。

《笠岡市消防庁舎公開デー》



あーっ!
水が来るー。
火事だー!

火事・水害・地震も体験。VRでは後ろも見えます



救助訓練や非常食の試食も行われていました。

子どもたちも体験

《笠岡市防災訓練》



ヘリコプターによる救助訓練や災害救助隊が不明者も探す様子を見ることができました。

繰り返し見たがる子、すぐ見るのをやめる子、子どもたちの反応も様々。



自衛隊の火災出し訓練
大人も子どもも大好きなカレー



自衛隊の方も体験。映像に対する反応が大きくて驚きました。

ピースカフェを開催しました

11月13日(月)
コ-プ鳥方にて

ピースアクションin オキナワのお話



全体理事
金岡谷理恵子様

3月に沖縄単行跡、基地めぐりに参加された時のお話を聞きました。

どろき トラ 車庫の塙

なんばく 元魂の塔... 初めて知りました。

現地に行くと月で感じるの大切だと思った。

ユニセフハウスのお話



エリア委員長
松岡玲子さん

世帯のことの“同じ”と“違い”が分かりました。

東京に行くことあるなら是非行ってみたい!

ミサンガ作り



作ったミサンガはアダムインズを通して、現地の親子にプレゼントします。

あじふに平和とは?



ミャンマー料理を食べよう



ココナッツミルク、牛乳・さとう・塩に食パンを浸す。

甘〜かた〜する

「パモ・ホシ・サン」

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



お湯をそそぐだけでふわふわたまごがたっぷりのスープ♪



CO・OP
たまごスープ

チキンのうま味のあっさりスープに、ふわふわたまごがたっぷり。たまごの“ふんわり感”や“つくりたての風味”を楽しんでいただけるよう、フリーズドライ製法を採用しました。

おこしゅん
契約養鶏場のたまごを使用! ふわふわを生む独自製法
青森県・岩手県の契約養鶏場のたまごを使用。たまごの鮮度にこだわり、工場では厳しい基準の検査を通ったものだけを受け入れています。また、かき玉を理想的なふわふわ状態に上げるため、製造工程にもひと工夫。液卵とスープを合わせる時のタイミング・温度・かき混ぜ方にこだわることで、家で手作りしたようなふわふわ感に。発売以来愛され続ける理由です。

商品ものがたり

マメ知識

フリーズドライ製法って?

食品をすばやく冷凍(フリーズ)し、乾燥(ドライ)させる製法です。まず急速凍結によって中の水分を凍らせ、真空環境の中で氷が溶けずに水蒸気となって蒸発することで、乾燥状態にさせます。熱によるダメージをあまり受けにくい、味や食感が損なわれにくいメリットがあります。