



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。

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



※写真はおかず
コースの一例
です。

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 **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

10/2(日)は

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!

10/5(水)は コプカプレミアム特典
2倍チャージデー!

10/12(水)~10/13(木)

「とびっきり2Day's」

10/14(金)~10/18(火)

「大生鮮市」「まんなかの市」

チラシの
お知らせ

詳しくは
こちら



(公財)おかやま環境ネットワーク

美咲町・みんなで楽しむ
秋の里山と田んぼビオトープ

生物多様性保全のための休耕田活用の試み見学など。子どもたちも若い人も
年配の人も、それぞれに里山を楽しめる自然観察会をみんなでつくりましょう。

日時 10月16日(日) 9:40集合~12:00終了予定

集合 美咲町旭児童館(久米郡美咲町東埜和374-1)

参加費 無料(要申込)

定員 20名(5歳児以上・未成年は必ず保護者同伴)

申込 代表者の氏名・郵便番号・住所・携帯電話番号と参加者全員の氏名・年齢を、Eメール、
FAX、郵送のいずれかで10月9日(日)までにお申し込みください。

その他 少雨決行。新型コロナウイルス感染状況などにより、直前に中止判断をする
場合があります。予めご了承ください。

●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行いません。

おかやまコープ生活支援サービス

は~と♡ふるネット

「ちょっと助けてほしい」という時、「困ったときは、お互いさま」の気持ちで
組合員さんが自分のできる範囲のことでお手伝いしている「有償ボランティア」です。
応援はご自身の生活に合わせて無理なく得意なことを選んで活動できます。
あなたにできることで登録してみませんか?

こんな活動をしています

ゴミ出し

買い物
代行

子育て応援

草取り

お掃除

詳しくは
こちら↓



応援者
募集

あなたの手を
かしてください

空いている
時間で♪

男性の方も
大歓迎♪

- 組合員で健康な方
特別な知識や資格はいりません
- 活動は時間や内容を相談できます
- 活動費は1時間650円と交通費実費
- 説明を聞いて登録して活動スタート
(説明を聞くだけでも構いません)
- 登録後に「おためし活動」ができます



まずは
お電話
ください

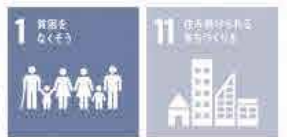
生活支援サービス総合窓口

みんなハッピーコープ

☎ 0120-378-502

月~金曜
9:00~17:00
年末年始除く

ふくしとくらしプロジェクト



カフェはないけど

ママCafe ~ マスクチャーム作り ~

子育てに関わるすべての方が笑顔☺になれるように！
今回は講師に宮崎 あこさんをお招きし、ウッドビーズと刺繍糸で作る巻き玉とパーツを組み合わせてかわいいマスクチャームを作製します。交流しながら楽しいひとときを過ごしましょう♪

- 日時** 11月16日(木) 10:00~11:30
- 場所** コープ林田 会議室
- 参加費** 700円 ある人は
- 講師** at-home 宮崎あこさん
- 持ってくる物** 糸切りばさみ、手芸用パンチ
- 申込** 10/28(金) ×7日
- 募集人数** 20人 (申し込み多数の場合落選者のみtel連絡します)



⚠️ 注意事項 ⚠️

- 当日は、マスク着用の上、体温を測ってご来場ください。
- 託児はありません。
- 飲み物は各自ご持参ください。(ふた付きのもの)
- 二次感染、アルコール消毒など、感染予防対策を実施します。
- 感染拡大状況により、延期や中止の場合があります。

当日、会場にて**フードライブ**を受け付けます!!
ご家庭でねらっている食品や日用品があれば、ご持参ください。

- 確認していただきたいこと
- 賞味期限が1ヶ月以上ある
 - 未開封、未使用
 - 生鮮・冷凍食品を除く
 - 保存のきく根菜類

- 寄付いただきたい食品
- 米・乾麺・インスタント食品
 - 缶詰・お菓子・調味料
 - オムツ・粉ミルク・洗剤
 - 生理用品・衛生用品・マスク
 - ティッシュペーパー・トイレットペーパー

切り取って配送担当者、コープステーションまたはサービスカウンターへ

カフェはないけど

ママCafe ~ マスクチャーム作り ~ 申込書

➡ 美作エリア事務局行き
申込×7日 10/28(金)

お名前:

組合員コード:

tel:

お子さまのお名前

お子さま同伴の方は、お子さまのお名前、年齢をお書き下さい。
(託児はありませんので、ご自身で見守りながらの参加になります。)

- ※今回は針や小さなパーツを使います。小さなお子さま同伴の方は、十分にご注意下さい。
- ※ご記入いただいた個人情報、参加確認の目的以外には使用しません。

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



缶を開けて、そのままパラッ。うま味豊かな、ホクホク大豆。

商品ものがたり



コープ大豆ドライパック

※包材は変更になる場合があります。

人気の秘密

下ごしらえ不要、缶(袋)を開けたらそのまま使える

缶を開けてそのまま使えるので調理時間も短縮。大豆の水分を使って真空状態で蒸し上げているので、豆そのもののうま味、ホクホクとした食感が楽しめます。

素材本来の風味や食感が楽しめる、ドライパック製法!

素材を缶に詰めて中の空気を抜き、高真空状態にしてから高温の蒸気で蒸し上げるのが「ドライパック製法(缶)」。通常の水煮のように水を加えないため、「ドライ」という呼び方をしています。素材本来の風味・食感が楽しめるのが魅力です。

北海道産を使用

風味がよく甘みのある北海道産の大豆を100%使用。味付けも一切していません。煮物やスープなどに使うことの多い大豆ですが、サラダとしてそのまま食べるのもおすすめ。自然な大豆のおいしさが、存分に楽しめます。