



コープの達人 はまちゃんが行く シリーズ最新動画 配信中!



満天★はまちゃんレストラン

僕の最新動画は 二次元コードから見てね♪

毎週税込20円お得 定期注文 378755

商品は発行残高の 10%以上 削減

738 8月 週 青果

ザルの直径: 約27cm

産直 小松菜 200g 見逃せない値!

前回8月3回税込149円

中本農園 (石川県・和歌山県) ・福井県中橋農園

本体 122円 (税込132円)

小松菜を食べた感想を 大募集!

地域担当者へのお伝え、または 上記二次元コードより ご入力ください!

# コープおすすめ 情報便

## おいしいものをばっちり紹介します! コープいしかわ職員の今週のイチオシ!!

**これはうまいっ!**

**湊センター**

入協歴 1年10ヵ月  
出身地 金沢市  
ニックネーム あやこ  
趣味 ソフトバレーボール  
好きな生協商品 チキン南蛮  
普段のお仕事内容 浅野・諸江・森本地区を配送しています。

スズキ アヤコ  
鈴木 彩子 さん

塩こうじ入り 冷めても やわらか!

002 9月 3回 年間最安値!  
105048 300g 本体 448円 (税込484円)  
前回8月2回 税込538円

003 9月 3回 年間最安値!  
100545 700g 本体 898円 (税込970円)  
前回7月2回 税込1,078円

めっちゃうまいからあげ 凍レンジ

100g 243kcal 脂肪0.9g

賞 18ヵ月 乳 卵 麦 マルハニチロ/タイ製造

レンジで簡単です

※写真は700gです

おすすめします! レンジで簡単に調理できます。塩こうじ入りなので、柔らかく冷めても美味しいのでお弁当のおかずにもピッタリです。

**これはうまいっ!**

**鶴来センター**

入協歴 12年1ヵ月  
出身地 白山市  
ニックネーム いずみさん  
趣味 娘達と遊ぶこと  
好きな生協商品 めちゃうま大粒焼売  
普段のお仕事内容 コープ共済の推進をしています。

イズミ ミツヨシ  
泉 十明 さん

食べ応えのある ビッグサイズ6個!

ほぼ 原寸大

約3.5センチ

トレイのまま レンジOK

016 9月 4回 蔵レンジ 年間最安値!  
141071 150g(6個) 本体 98円 (税込106円)  
前回7月3回 税込138円

めちゃうま大粒焼売

賞 7日 麦

1パック 273kcal 糖質2.3g

楽陽食品

主原料:鶏肉(国産)

おすすめします! 1番のおすすめは商品名の通り大粒で食べ応えがあり、ごはんのお供にピッタリです。またトレイのままレンジでチンできるところもポイントです。



## 今週の いちおし商品はこちら

詳しくは、コープファミリー表紙を見てね!



つぶつぶ楽しい!

**つぶつぶみかんアレンジレシピ**

そのまま飲むのはもちろん、アレンジしても おいしく楽しめる「つぶつぶみかん」です。

簡単! ゼラチンを入れるだけ! もっと簡単! 冷やして固めるだけ!

つぶつぶ みかんゼリー

つぶつぶ シャーベット

温州みかん果汁を52%、つぶつぶみかんを 12%加えた果汁飲料です。

011 9月 3回 1年195g 99kcal 137359

年間最安値! 本体 1,100円 (税込1,188円)

1缶 税込80円

co-op つぶつぶみかん

賞 12ヵ月 ふくれん

195g×15缶

主原料:うんしゅうみかん(輸入又は国産)

人気 エシカル

ほとんど長い甘さで 飲み口すっきり

co-op つぶつぶ楽しい つぶつぶみかん

果汁52% みかん果粒12%

195g

**おすすめポイント**

果汁のおいしさかつぶつぶみかんの食感が同時に楽しめる、どこか懐かしさを感じさせるドリンクです。ふくれん 田銅様

**地域担当者のオススメ**

みかんを丸ごとつぶしたような自然な甘みとスッキリさで美味しいです。飲み口が大きく粒が残らず飲むことができよかったです。

### ポイント還元仕組み

自動的にたまる! 300円(税込)につき 1ポイントたまります。

たまったら使える! 注文書「ポイント使用口数」欄に、使用したい口数を記入すると翌週の請求金額から差し引かれます。

(例) 1口 ..... 200円  
2口 ..... 400円

※eフレズからもご利用頂けます。 ※電話注文の場合は、6桁番号「372757」と使用したい口数をお伝え下さい。

### お届け表・注文書で確認!

「お届け明細表」左下にポイントの詳細が表示されます。

注文書表面の左上に使用可能口数が記載されています。

お届け明細表

ポイントのご案内: ●月間現在 利用可能ポイント: 200円 利用可能金額: 200円

1口(200ポイント)

### 登録・ご利用でさらに!

eフレズ(WEB)で注文⇒3ポイント進呈  
プレミアム・パスポート登録・ご利用⇒3ポイント進呈

### 暮らしに役立つ電話番号一覧

名称	電話番号	受付時間
コープいしかわコールセンター	0120-759-853	月~金/8:30~20:00 土/8:30~14:00 お電話の際にご自身の組合員コード(コープカード・お届け表など)をご用意ください。確認作業が早く行えます。
注文受付専用ダイヤル	0120-502-882	
eフレズ事務局	0120-082-880	配達当日12:00~21:00/翌日8:00~11:00 土曜日11:00~翌月曜日12:00までは注文の受付ができません。
CO-OP共済センター(ご契約窓口)	0120-50-9431	9:00~18:00(土日祝休) 会員コード・パスワードについてのお問い合わせはこちら
CO-OP共済センター(ご請求窓口)	0120-80-9431	9:00~18:00 月~土(祝日含む) ※年末年始は休業
灯油センター	076-275-9872	(夏季4~10月) 月~金/9:00~17:00 (冬季11~3月) 月~土/9:00~17:00
	価格案内ダイヤル 076-275-6917	音声24時間対応 ※案内価格は配達料と税を含めた価格となります。

※携帯電話からもつながります。6ケタ番号のお知らせ(注文用紙の6ケタ注文欄に下記の6ケタ番号と口数をご記入ください)

名称	受付番号	備考
CO-OP共済資料請求	377872	数量欄に「1」をご記入ください。コープ共済の資料をお届けします

eフレズ ホームページ インスタグラム CO-OP共済のインターネット加入手続き