

コープおすすめ情報便

商品カタログ回収中!

カタログはコープでリサイクル!

コープライター やめるんだ!!

燃えるゴミに捨てちゃお〜っ

リサイクルの様子を動画でご紹介! こちらの二次元コードからアクセスできます

カタログが生まれ変わります

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!

古府センター
テラサカ マサト
寺坂 雅人 さん

入協歴 26年
出身地 七尾市
普段みんなからこう呼ばれています たらさかさん
趣味 釣り
好きな生協商品 CO-OP 野菜たっぷり和風ドレッシング
普段のお仕事内容 組合員や地域の方に対して、くらしのサポート活動をしています。



人気 No.1

004 12月2回凍 100g 284kcal 数量1.1g
脂ののったさば一夜干
賞4カ月 1切 税込124円

年間最安値!
本体 458円 (税込495円)

240g(4切)
丸一商店
主原料:タイセイヨウサバ(ノルウェー)

原材料はさば・塩・胡麻だけ!!

おすすめします!

とっても脂ののっている一夜干です。大根おろしを添えて焼き魚でも美味しいですが、一口大に切って片栗粉をまぶし竜田揚げにしても美味しいですよ!!



これはうまいっ!

のとセンター
サメフチ ユウキ
鮫淵 優紀 さん

入協歴 8カ月
出身地 七尾市
普段みんなからこう呼ばれています さめさん
趣味 スポーツ観戦
好きな生協商品 CO-OP 鶏ごぼうピラフ
普段のお仕事内容 主に七尾・中能登・志賀地区の配送をしています。



026 1月2回蔵 有リンすり身使用 卵・小麦・乳不使用
おでんセット
賞9日 9種18個、おでんだし付 堀川
年間最安値!
本体 348円 (税込376円)

おすすめします!

ボリューム満点! たっぶり入ったおでん種と、国産素材の特製おでんだしのセットです。お好みの野菜を足して食べると美味しいです。ぜひ、これからの季節にご家族皆様までお召し上がり下さい。

今週はこもりもオススメ



人気

国産玉ねぎを生のままたっぷり + 風味豊かな生醤油のコクと旨み



生の野菜をたっぷり使った、醤油ベースの和風ドレッシングです。

040 1月2回 大さじ1杯 40kcal 糖質0.7g
野菜たっぷり和風ドレッシング徳用
賞8カ月 麦 フンダーキン醤油 500ml
年間最安値!
本体 348円 (税込376円)

- ①国産の玉ねぎやんにくは、丁寧に皮むきしカットして使っています。手作りにこだわったドレッシングです。
- ②国産野菜を使用した和風ドレッシングです。来年発売30周年を迎えるロングセラー商品です。
- ③ハンバーグのソースや炒め物の味付け、から揚げの下味や、鶏肉のドレッシング煮込みなど料理にも活躍。



フンダーキン醤油 相澤様

保存版 2023年 12月号

いつでも注文

ご注文承り期間
12月1回 11/27(月) ▶
12月4回 12/29(金) まで
次回は 1月1回 に配布します

このカタログに掲載している注文番号であれば、1カ月間、毎週注文できます!

表紙 低糖質 2ページ 介護食 裏表紙 お酒 の商品が掲載されています。

次回 1月1回 の配布まで大切に保管してください!

新企画

お雑煮

国産もち米粉使用

1人前

108446 毎週 1袋(50g) 28kcal 糖質0.041g
スプーンで食べるおもち
賞18カ月 50g 本体 160円
アサヒグループ食品 (税込173円)

848 1缶 税込155円

本麒麟

350ml × 24缶

年間最安値!
本体 3,380円 (税込3,718円)



今週配布の上記のチラシを見てね!

ポイント還元仕組み

自動的にたまる!
300円(税込)につき 1ポイントがたまります。

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。

登録・ご利用でさらに!
eフレズ(ウェブ)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

商品お届け表・注文書で確認!

「商品お届け表」下段にポイントの詳細が表示されています。

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 (●月間目標在)

利用可能ポイント: 200P

利用可能金額: 200円

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	配送当日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。
eフレズ事務局	0120-082-880	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(ご契約窓口)	0120-50-9431	9:00~18:00 月~土 (祝日含む) ※年末年始は休業
CO-OP共済センター(ご請求窓口)	0120-80-9431	
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