

2022
7月2週号
発行/2022年7月11日

あなたとわたしをつなぐ情報機関紙

ひまわり

健康と子どもたちの未来のために
こうち生活協同組合
 No.1388 組合員数/104,277人 [6月28日現在]
 (Vol.1831)
 発行人/理事長 佐竹一夫
 編集/運営企画グループ
 発行/〒781-0013 高知市前野中町16番8号

子育てがんばるママ&パパを応援!!



カタログ

ふぁみ〜ゆで家事時短 お子さんとのふれあい時間を

7か月〜



9か月〜



離乳食・幼児食に
おすすめの商品がいっぱい!

「ふぁみ〜ゆ」は、子育て世代を中心にやさしくらしを応援するカタログです。離乳食用の基本素材やアレルギーと上手に付き合っていくための食品、乳幼児むけのおやつ、紙おむつなどを企画しています。

ご登録いただくと毎週「カタログ ふぁみ〜ゆ」をお届けします。

登録番号 **119962**



1か月〜2歳のお子さんには!

ふぁみ〜ゆ人気の離乳食は!

冷凍なので欲しい時に欲しい分だけ、レンジでチンで便利です!

1か月〜



麦茶 ノンカフェイン
お出かけの時に持って出のにちょうどいい! お子さんの持ちやすいサイズで大人気です。

5か月〜



やわらかいミニうどん
食塩不使用で「やわらかい」のでつぶしたり、短く切ったりがやすく、離乳食に便利です。

北海道産 白身魚のほぐし身
おかゆに入れたり、野菜と和えたりとアレンジがやすく人気です。

8か月〜 3種の国産野菜と
しらすのおかゆ

そのままでも、アレンジでうどんを入れても! 直ぐに出来るので便利です。

幼児食も人気です!

1才6か月〜

5種の国産野菜の
ミニハンバーグ (ひじき入り)

やわらかいのにくずれにくく手づかみ食べにピッタリです。お弁当にも使いやすい!

孫の離乳食はふぁみ〜ゆで

時々孫を預かることがあります。孫が来たときのためにふぁみ〜ゆで離乳食をいろいろと注文してストックしています。国産素材で冷凍なので、急に孫を預かることになった時などとても重宝しています。自分たちの子育ての頃からすると便利な時代になりました。

須崎支所 Mさん





2022 CO-OP SUMMER GIFT

全品
送料込み

ご注文受付期間/7月31日(日)
商品お届け期間/6月23日(木)~8月10日(水)



生協オリジナル 冷凍

明神水産

薫焼きトロ鰹たたき(中)

2節セット

3,700円
(税込価格3,996円)

4節セット

5,000円
(税込価格5,400円)

1本釣りした鰹を船上で急速凍結し、高鮮度のまま一気に薫で焼き、瞬間に旨さを閉じ込めました。

コープ葬祭 入場料無料
葬祭施設見学会 & 終活セミナーを開催します!

日時/7月30日(土) 9:00~13:00 雨天決行

場所/ベルモニー愛宕山
高知市愛宕山66-1

お問合せ/ こうち生協 本部 サービス事業部
☎0120-994-942 (月~金 9時~17時半)

キッチングッズキャンペーン

キャンペーン期間内に2万円(税抜)以上のご利用で、こだわりのキッチングッズが特別価格でご購入いただけます。

キャンペーン対象注文期間
7月2回注文書~8月2回注文書

お気に入りの商品を「利用登録」しませんか?

毎週・隔週で登録商品をお届けします
新規登録キャンペーン
期間7月3回~8月1回
キャンペーン期間中
1品につき5円引き。



「利用登録」詳しくはこちら

『夕食宅配』利用しませんか 配達料無料!

ご注文は1週間単位(月~金)です。

旬彩コース (税込)
(おかずのみ4品).....5日分 2,500円

お弁当コース (税込)
(ご飯とおかず5品).....5日分 2,730円

おかずコース (税込)
(おかずのみ6品).....5日分 2,880円

八彩コース (税込)
(おかずのみ8品).....5日分 3,400円

お問合せ・お申込み/こうち生協 夕食宅配係
☎0120-994-981

目の不自由な方へ

『トークまいこーぶ』音声CDをお届け!

ご登録いただいた方に、毎週、カタログ「まいこーぶ」を吹き込んだ音声CDをお届けしています。

お問合せ/ こうち生協 本部 運営企画グループ
☎0120-136-201

7月27日水は6月分利用代金の再引き落とし日です。

※再引き落としに手数料200円が加算されます。

SDGs



7月4回 とさのゆさん箱

とさのゆさん箱

高知県内のおいしい物を、たくさんご紹介しています!

この夏!新登場!!

仁淀ブルーの美しい青をイメージしたアイス

仁淀川流域で育った乳牛からとれた地乳のアイスに細かな氷を混ぜ、ソーダ味のアイスクリンを追加した2層構造のアイスカップです。

高岡郡
佐川町
横島 冷菓



NEW! 冷凍

仁淀ブルー
アイスソーダ
120ml

本体価格 **240円**
(税込価格 259円)

子ども食堂を応援!

「とさのゆさん箱」の商品ご購入、1点につき1円が「高知県子ども食堂支援基金」に寄付されます。

コープ商品これイネ!!



co-op 十勝めむろ
皮つきフライポテト

アルミホイルの上にバターを塗ってからポテトを広げて、塩コショウ、とろけるチーズをのせてオーブントースターで焼いて食べるのが大好きです。

↑



co-op 冷凍
ひとくちいなり

お昼など、ほんの少し物足りない時に「ひとくちいなり」をよく食べます。欲しい量だけレンジでチンできるので便利です。

菜こ



co-op 中華丼の具

外出から帰って、食事を作る時間がない時に大変助かります。具材は多いし、短時間に出来るので、多忙な日には大変おすすめです。本当に助かっています。

よこいけ

2022 冷凍商品人気投票の声より

ピアノレンタルサービス

ピアノを習い始めた方、お子さまに!

月額3,300円からの **ピアノレンタルサービス**

ポイント ① レベルアップに応じたピアノのグレードアップ可能!

ポイント ② 気軽に始められて、4ヵ月目以降はいつでも解約OK

組合員特典
初回月額レンタル料 **半額!**



初期費用合計

アップライトピアノ 42,900円~

4ヵ月間のレンタル料 + 往復分の配送料
(お選び頂くピアノ・搬入時の特殊作業の有無で変動します)

◆詳しいお問い合わせは

提携パートナー
株式会社総合ピアノサービス
☎089-971-9275 (9:00~18:00 日・祝休み)

お申込み

こうち生協 本部 サービス事業部
☎0120-994-942 (9:00~17:30 土・日休み)



野菜とツナのオリーブオイルマリネ

食卓から健康サポート!



<栄養価1人分> エネルギー/226kcal



ポイント!

ツナ缶のうまみとなすの相性抜群のメニューです。

材料(2人分)

co-op ライトツナフレークカロリーーフタイプ 1缶

co-op エクストラバージンオリーブオイル 大さじ2

なす 2本(200g)

エリンギ 2本(50g)

たまねぎ 1/4個

青じそ 3枚

[A] 酢 小さじ2

しょうゆ 小さじ2

砂糖 小さじ1

塩・黒こしょう 各少々

作り方

- ① なすはヘタをとり、縦8等分に切る。エリンギは薄切りにする。たまねぎはスライスして水にさらす。青じそは千切りにする。
- ② co-op エクストラバージンオリーブオイルをフライパンに入れて中火で熱し、なす、エリンギを焼く。
- ③ ②とたまねぎ、co-op ライトツナフレークカロリーーフタイプ、[A]を加えてあえ、青じそを散らす。



お問合せ/ こうち生協 本部 ☎0120-136-201
9:00~17:30(土日除く) (088-826-5211)