

今回の活動では  
こんなSDGsに  
参加することができます

「すべての人に健康と福祉を」  
「住み続けられるまちづくりを」

# 困ったときは お互いさま。



## たすけあいたい気持ちを支えたい 「コープたすけあいの会」の活動を、ご存じですか？

「高齢になり体が思うように動かず、家の掃除がままならない」「子育て中だけれど、頼れる人がいなくて」

「コープたすけあいの会」には、こんな悩みが寄せられます。「少しのお手伝いでその人らしく過ごせる」そんな暮らしを支え合う組合員活動として、利用会員と活動会員がお互い気兼ねすることがないように、活動は有償で行っていますが、支援を必要とされる方のお声が増えていく中で、

**会の運営資金が不足しています。**

この活動を  
支えるには  
どうしたら？

みんなの **笑顔を増やすお買い物** ドネーション企画

いつものお買い物で **SDGs**

**実施期間**  
 店舗（あったか便・移動店舗） → 7月15日（土）～23日（日）  
 共同購入（こまどり便） → 7月4回企画  
 注文書提出期間：7月17日（月）～21日（金）

対象商品1点当たり購入で「コープたすけあいの会」に3円分を寄付します。商品を利用することで、支援を必要とする組合員さんの負担が軽減されます。

「コープたすけあいの会」とは ～組合員どうしの有償の支え合い活動～

ならコープには、掃除・食事作り・庭掃除などの家事で困っておられる方が有償でご利用いただける「組合員どうしのたすけあい活動」があります。それが、1989年に発足し活動を続けている「コープたすけあいの会」です。利用会員からは、「ならコープの活動だから安心してお願いできる」とうれしい声をいただいています。

**たすけあい活動を支援できる賛助会員も募っています。**

組織部内 コープたすけあいの会事務局 電話番号 0742-35-1183 受付時間：月～金 9時～17時



募金対象商品は裏面をご覧ください

お買い物  
するだけで  
寄付できます

# みんなの笑顔を増やすお買い物

7月4回  
企画

注文書 2023年  
提出期間 7月17日(月)～21日(金)  
商品 2023年  
お届け期間 7月24日(月)～28日(金)

## 対象商品はこの11品目!

※商品の仕様は予告なく変更となる場合がございます。

**COMET 32 頁掲載品**

人気NO.1 冷凍水産加工

人気のえびをたっぷり約50%配合。

えび:タイ、インドネシア産他  
いか:ペルー産 イタヤ貝:中国産

**464 冷凍** 次:8月 回:2回 太海商事

co-op コープさんき共同開発 えびたっぷりシーフードミックス

180g

いつもおトク  
本体 398円  
100gあたり 239円 (税込 430円)

えび (49kcal・食塩相当0.7g/100g)

**COMET 6 頁掲載品**

ガラスチック削減 エシカル

しっとりまるでかに仕上げたハム。

豚ロース肉:輸入

発売17年 ロングセラー

**61 冷蔵** 毎週 信州ハム 企画

co-op コープさんき共同開発 ロースハム 使い切りパック(無塩せき)

36g×3

1パックあたり 108円  
本体 298円 (税込 322円)

卵 (51kcal・食塩相当0.7g/1パック36g) 賞味期間:18日

**COMET 3 頁掲載品**

ほぐしタイプのかに風味かまぼこ。

魚肉:輸入又は国産(5%未満)

**33 冷蔵** 毎週 ニッスイ 企画

co-op コープさんき共同開発 サラダブレード

72g×2

1パックあたり 161円  
本体 298円 (税込 322円)

小麦・かに (63kcal・食塩相当1.2g/1パック72g) 賞味期間:お届け日を含め8日

**COMET 3 頁掲載品**

人気NO.1 豆腐

大豆:国産

かため絹ごし

充てんタイプ

国産 素材

**34 冷蔵** 毎週 山食 企画

co-op コープさんき共同開発 ちいさなかため絹ごし豆腐

150g×2 大豆:遺伝子組換えでない

1パックあたり 53円  
本体 98円 (税込 106円)

(87kcal・食塩相当0g/1個150g) 賞味期間:お届け日を含め12日

**COMET 2 頁掲載品**

人気NO.1 納豆

大豆:北海道産

北海道の小粒納豆

産地指定

**18 冷蔵** 毎週 豆紀 企画

co-op コープさんき共同開発 北海道の小粒納豆(たれ・からし付)

45g×3 大豆:分別生産流通管理

1パックあたり 39円  
本体 108円 (税込 117円)

小麦 (96kcal・食塩相当0.7g/1パック52.1g) 賞味期間:お届け日を含め9日

**COMET 40 頁掲載品**

大豆:国産

調理例

白あえベース

具材:こんにやく、にんじん、しいたけ、国産大豆の豆腐使用

**600 冷蔵** 次:8月 回:2回 堂本食品 企画

co-op コープさんき共同開発 白あえベース

170g

1点 198円 (税込 214円)  
2点以上で 188円 (税込 203円)

(230kcal・食塩相当2.1g/1袋170g) 賞味期間:4ヵ月

**COMET 27 頁掲載品**

人気NO.1 冷凍和惣菜

油抜き不要でさっと使えて便利。

大豆:アメリカまたはカナダ産  
チャックシール付袋

冷凍きざみ

**381 冷凍** 次:8月 回:2回 山一食品 企画

co-op コープさんき共同開発 冷凍きざみうす揚げ

150g

大特価  
本体 188円 (税込 203円)

(340kcal・食塩相当0g/100g)

**COMET 51 頁掲載品**

森林資源を守る エシカル

上品な味でさっくり食感のプロランタン。

アーモンド:アメリカ産

クオリティ (個包装)

**811 次:8月 回:4回 ちぼり甲府 企画**

co-op アーモンドリーフ

8枚

1パックあたり 348円  
本体 376円 (税込 376円)

小麦・卵・乳 (58kcal・食塩相当0.01g/1枚10g(平均重量)) 賞味期間:6ヵ月

**COMET 48 頁掲載品**

人気NO.1 食事パン

小麦粉:国内製造

スリーエスフーズ

**736 毎週 企画**

co-op コープさんき共同開発 毎日食パン(4枚)

1斤 (226kcal・食塩相当1.0g/1枚87g(平均重量))

**737 毎週 企画**

co-op コープさんき共同開発 毎日食パン(5枚)

1斤 (181kcal・食塩相当0.8g/1枚70g(平均重量))

**738 毎週 企画**

co-op コープさんき共同開発 毎日食パン(6枚)

1斤 (151kcal・食塩相当0.7g/1枚58g(平均重量))

写真:6枚切です

原料事情により、8月2回より値上げ予定

いつもおトク  
本体 108円 (税込 117円)

小麦・乳 消費期限:お届け日を含め4日