

実施期間 2024年 1月4回
 注文書提出期間 1月22日(月)~26日(金)
 商品お届け期間 1月29日(月)~2月2日(金)

あなたの元気は じゅんがらう? ならコープ職員、 元気&笑顔の宣言

毎日明るく元気に、笑顔にすごしたい!
 そんな想いで、ならコープ職員が
 元気の源にしているコープ商品のご紹介と
 合わせて2024年も元気に過ごすための
 宣言を行います
 配達時や、ご来店時にチェックしてみてください
 ※宅配・お店の両方ご利用いただけます。(一部商品除く)
 ※商品の仕様は予告なく変更となる場合がございます。
 ※宅配とお店では、価格が異なる場合がございます。

北エリア

湯せんで手軽に
お魚を食べよう



さば:ノルウェー産
440 冷凍 次:2月 週:4回 2回
 松岡水産
 コープさんき共同開発 鯖の味噌煮(大きめ)
 280g(固形量180g) (2袋) 1袋あたり 税込296円 本体548円
 小麦 (376kcal・食塩相当1.3g / 1袋140g(味噌含む)) (税込592円)
 お店では本品の代わりに「骨取りさばの味噌煮2切」をご案内しています。

ご飯のおともに
 抜群の一品で、
 おかわりが
 とまりません!



西奈良支所 望月

期間中、職員が名札で
 「元気&笑顔になれる宣言」
 をご紹介!

北エリア

コープ朱雀
岡本



893 毎週企画
 ふくれん
 コープ ただの炭酸水(天然水使用)デザインボトル
 500ml×24 (0kcal・食塩相当0g / 100ml)
 お店では1本からご利用いただけます。 賞味期間:6カ月
 1本あたり 税込90円
 いつもおトク
 本体1,980円 (税込2,138円)

ウォーキングや
 ランニング後に
 飲んで、心も身体も
 スッキリさせます。

無糖・ノンカロリーの
炭酸水

お店

店内POPなどで、職員の
 「元気&笑顔になれる宣言」
 をご紹介!

中エリア

冷凍のまま揚げて
 すぐに食卓へ!手軽に
 ボリューム満点の
 トンカツです!



衣はサクサク
 やわらか豚もも肉

豚肉:カナダ産他
298 冷凍 毎週企画 食研
 コープさんき共同開発 衣サクサク
 やわらかとんかつ
 80g(1枚)
 小麦・卵 (100kcal・食塩相当0.7g / 1枚80g)
 1点 118円 (税込127円)
 2点以上で 108円 (税込117円) 1点あたり



竜田川センター 外山

食べ過ぎない
 小さめサイズ



中エリア

精白米:国産
358 冷凍 次:2月 週:2回
 ニッスイ
 コープ 焼おにぎり
 480g(10個)
 小麦 (82kcal・食塩相当0.5g / 1個48g(平均重量))
 特別価格
 本体288円 (税込311円)
 大特価

小ぶりの焼きおにぎりが
 10個入り!
 僕はおなか为空いたら3おにぎり!
 あなたは何おにぎり~?

コープ真美ヶ丘 金銅

南エリア

ほどよいかたさが人気!
 日本人のソウルフード
 です!

くずれにくいので
 鍋料理にもおすすめ



充てんタイプ
 大豆:国産
624 冷蔵 毎週企画 山食
 コープさんき共同開発 ちいさなか
 かため絹ごし豆腐
 150g×2 1パックあたり 98円 (税込106円) 53円
 大豆:遺伝子組換えでない
 (87kcal・食塩相当0g / 1個150g)
 賞味期間:お届け日を含め12日



高田支所 樋野

南エリア

お肉料理に
 おすすめの調味料



しょうゆ:国内製造
 次回2月1日ご案内 ツラテ
 コープ 十勝豚丼のたれ
 250g 本体208円 (税込225円)
 小麦 (41kcal・食塩相当1.6g / 大さじ1杯20g) 賞味期間:1年

豚丼だけでなく
 野菜炒めにもピッタリ!
 甘辛~いたれにごはんも
 すすみます。

コープなんごう 水野

裏面でもまだまだ、宣言をご紹介
 あなたの宣言も
 聞かせてください!

コールセンター (お問い合せ・ご注文) **0120-577-039** (通話料無料)
 携帯電話・IP電話からは **0743-68-3100**まで
 携帯電話・IP電話からの場合、通話料はお客様ご負担となります。

ならコープではコールセンターでお受けするお電話について、組合員様からのご意見を正確に聞き取るため、通話内容を録音させていただきます。ご意見はサービス向上のためにのみ利用いたします。あらかじめご了承ください。
 (ご注文)8:30~21:00(月~金)土は18:00まで (お問い合せ)8:30~20:00(月~金)土は17:30まで
 このチラシの利用に関しては「ならコープ 事業約款」に基づきます。ならコープホームページでご確認いただけます。

インターネットでらくらく注文 **eフレンズ**
 インターネット検索 ならコープeフレンズ 検索



ならコープ職員

元気 & 笑顔の宣言

残業せずに家に帰って、
家庭と自分の時間を大切にすることです



コンプライアンス経営推進室
嶋田

私の元気の源は、
サッカーをすることです



システム部
芝田

サウナ→水風呂→外気浴で
”ととのう”ことです



コープおしくま
山上

毎月ゴルフを
することです



ハートフル事業
松井

おいしい商品
を食べること



環境エネルギー推進室
近藤

お酢を
飲むことです



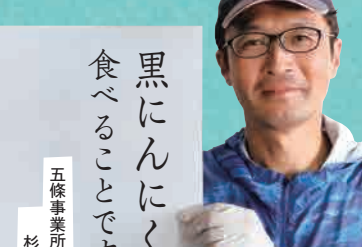
経営企画室
岩井

きれいな景色の
写真を撮る
ことです



経理財務部
犬塚

黒にんにくを
食べる
ことです



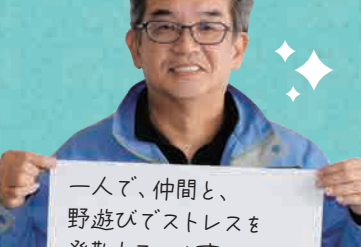
五條事業所
杉田

私の元気の源は、
ねこです



広報室
上田

一人で、仲間と、
野遊びでストレスを
発散しています



産直政策担当
稲田

オリゴ糖を毎日摂る
ことです



事業開発室
山下

県内産の
産直たまごを
食べる
ことです!!



商品部
平松

興味のままだに
本を読む
ことです



人事総務部
島

1杯目だけお酒を飲み、2杯目以降は
ノンアルコールにしています



組織部
小原

店舗供給企画部
本田

私の元気の源は
息子と季節の
虫を探ることです



学生時代の
友と集う



コープみみなし
田上

好きな
アーティストの
音楽を聴く
こと
です



桜井支所
段

微生物検査で
新規取扱商品を
いち早く見れる
こと
です



品質保証室
森岡

大作業を
楽しみながら
すること
です



物流企画部
今西

物流企画部
阪本

冷凍の担々麺の
食べ比べです

おすすめは
乳酸菌ドリンク



コープ学園前
石井

自分の楽しみは
バイクに乗る
こと
です



コープ七条
内田

「ほんのり甘い
生協ヨーグルト」を
毎日たべること
です



無店舗供給企画部
小川

食に対するの
追求心を常に持っ
ている
こと
です



コープたつたがわ
奥田

私の元気の源は
お寺めぐり
です



コープいまご
今村

あなたの宣言も聞かせてください!

下のカードを切り取って配達担当者にお渡しいただくか
ならコープのお店に備え付けてある「メッセージBOX」に投稿ください
今後、紙面などで活用させていただきます。


お名前 (イニシャル可)

あなたの宣言

webからのメッセージ
入力はここから



筋トレです!
追い込んで、
追い込んで自分を
磨いています!




田原本支所
生田

毎日少しの甘い
ものを食べる
こと
です



常任理事
盛口

卓球で身体を
動かし、家では
お酒を嗜みます



コープたつたがわ
谷口