

保存版 2025年 2月号 **いつでも注文**

このカタログに掲載している注文番号であれば、1か月間、毎週注文できます!

注文書提出期間 2月1回~2月4回
次回は**3月1回**に配布します

表紙 減塩・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3月1回の配布まで大切に保管してください!

クイズdeプレゼント 「いつでも注文」3ページにプレゼントのご案内あります

詳しくはこちらの保存版チラシを見てね!
1か月大切に保管しよう!
COOP宅配アプリならいつでも見られるよ!

コープおすすめ情報便

宅配のインターネット注文 **eフレンズ**をはじめてみませんか?

「いつでも注文」3ページをチェック!

今週のオススメはこちら!

推しCO-OP 生協ではたらく仲間の推し!

おはしでス〜ッと切れる やわらかさ **人気**

豆腐バーグ 1枚増量 400g(5枚) **見逃せない値!** 本体 **358円** (税込387円)

主原料:豆腐(国内製造) (賞)12カ月 乳 卵 麦 サンミート

次回は320g(4枚)規格です

087 2/3 凍 レンジ対応 1枚80g 143kcal 脂肪0.9g

ココモコ丼 モダン焼き風

豆腐バーグ 4枚+1枚増量

プラス 1枚増量!

おすすめポイント!

- ①豆腐を約30%配合!手軽においしくたんぱく質が取れます!
- ②電子レンジで簡単調理♪忙しい時の味方です。
- ③優しい味わいなので、どんなソースにもピッタリ☆いろんな味でお楽しみいただけます。

一度は食べてほしいコープの自信作!ぜひお試しください!

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!

鶴来センター ササキ タクミ **佐々木 拓海**

入協歴 3年 出身地 小松市
普段みんなからこう呼ばれています ささきくん、ささやん
趣味 食べること 好きな生協商品 CO-OP ミニワッフルドッグ(チーズ)
普段のお仕事内容 四十万・広陽地区の配送をしています。

背中に切り込みドレッシングがからみやすい

人気 100g 78kcal 脂肪0.8g

805 2/3 凍 レンジ対応

そのままで食べられる **プリッとむきえび** **年間最安値!** 本体 **498円** (税込538円)

賞 18カ月 卵

120g(約22~30尾) ザルの直径: タイ又はベトナム産他養殖/タイ又はベトナム他製造

オススメします!
解凍するだけで食べることができ、とってもおいしいです!サラダやパスタにも合いますが、インスタントラーメンに入るとえびの旨味が出ておすすめです。ぜひ一度お試しください!

これはうまいっ!

湊センター イノuchi ナオキ **井口 直己**

入協歴 38年 出身地 かほく市
普段みんなからこう呼ばれています いのくちさん
趣味 旅行 好きな生協商品 CO-OP 野菜たっぷり和風ドレッシングカロリーハーフ
普段のお仕事内容 組合員の生協利用に関するお手伝いをしています。

※さばの骨やひれが硬い場合がありますのでご注意ください

※パッケージが変わる場合があります

808 次回未定 100g・液汁を含む 223kcal 脂肪1.3g

うまい!さば味噌煮 賞 37カ月 麦

150g(固形量100g) 清水食品 **年間最安値!** 本体 **198円** (税込214円)

オススメします!
味噌の甘い煮汁がさばの身にしっかりと染み込んでいて、そのままご飯と食べてもおいしいです。酒の肴にも合います。缶詰だと骨まで食べられて栄養満点です!

ポイント還元の仕組み

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。
(例) 1口 200円
2口 400円
※eフレン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。

商品お届け表・注文書で確認!

「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 461P
確定ポイント 800P
利用可能ポイント 800P
利用可能金額 800円
ポイント※有効期限は最終利用金額から2年間の有効期限です。
新規入会いただいた利用者のポイントが確定ポイントに追加されます。

登録・ご利用でさらに!
eフレンズ(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フレンズ事務局	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 価格案内ダイヤル 076-275-6917	(夏季4~10月) 月~金/9:00~17:00 (冬季11~3月) 月~土/9:00~17:00 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フレンズ 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