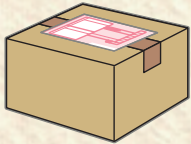


# コープ わくわく便



コープわくわく便は、「一人住まいの娘や息子に安全・安心のコープの商品を送りたい…」といった組合員さんの声から始まった、離れて暮らすご家族へ生協商品をお届けする配送サービスです。

コープ商品以外のものも一緒に送れます

配達日・お届け時間帯を指定

荷造りから発送まで生協が行います

## 送ることができるもの

ご注文の翌週にお届けしている以下の食品でカタログに「★」(わくわく便マーク)がついているもの

- 冷凍の食品 ●常温の食品

また、雑誌・DVD・衣類などわくわく便専用の通い袋に入るサイズのものなら一緒に送ることができます。

※北海道・沖縄・離島への配達につきましては、組合員担当までお問い合わせください。

## 送ることができないもの

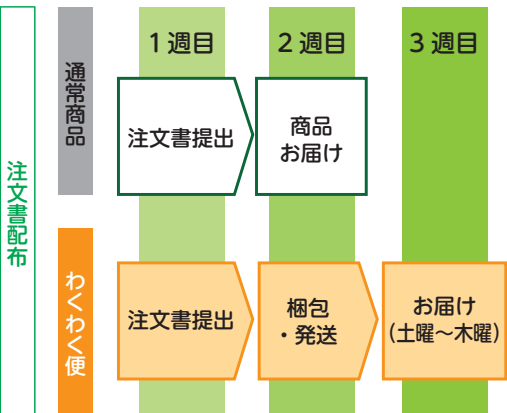
- 冷蔵マークが付いている商品
- 「★」(わくわく便マーク)がついていない商品
- 「くらしと生協」「スクロール」掲載商品
- チケットなどの金券
- ご注文受付が終了したカタログの商品

## わくわく便のお約束

- コープわくわく便は、登録制です。  
下記の登録用紙に必要事項をご記入の上、組合員担当にお渡しください。
- 専用注文書でご注文をお願いします。  
登録いただいた組合員さんには専用の注文書と通い袋をお届けします。通常のOCR注文書とは別になりますのでご注意ください。
- ご利用いただける商品は商品案内書に掲載されている緑色の星印(★)のついた商品です。  
冷蔵商品はお送りできませんのでご注意ください。

- 配達日、お届け時間帯が指定できます。  
ご注文いただいた翌週の金曜日に一斉に発送いたしますので、翌週土曜日以降から翌々週末曜日までの間であれば、配達日、お届け時間帯が指定いただけます。  
※冷凍品をご注文いただいた場合、配達営業所の保管期限により、お届け日時の変更をお願いすることがあります。ご了承ください。
- すでにご登録いただいている組合員さんは再登録の必要はありません。お届け先の追加・変更がある場合のみ、再度登録用紙をご提出ください。

## お届けスケジュール



※注文翌週の土曜日からお届け可能です(お届け日指定可能)。  
※但し、離島(北海道・沖縄を含む)へのお届け日はご相談ください。

## 宅配料金

冷凍品は宅配料合計にプラス300円です。  
※冷凍品と常温品は別々の箱となり、各々に料金が掛かります。

わくわく便の特別価格でお得です!!

買い物カゴ一杯の大きさを目安に商品の量や重さに関係なく、地域別の料金で送ることが出来ます。  
※下記金額には消費税は含まれていません。ご請求時に別途請求させていただきます。

地域	配送料(税別)	地域	配送料(税別)
北海道	1,720円	中部 (静岡県・愛知県・三重県・岐阜県)	750円
北東北 (青森県・秋田県・岩手県)	1,180円	関西(大阪府・京都府・滋賀県・奈良県・和歌山県・兵庫県)	650円
南東北 (宮城県・山形県・福島県)	1,060円	中国(岡山県・広島県・山口県・鳥取県・島根県)	750円
関東(茨城県・栃木県・群馬県・埼玉県・千葉県・神奈川県・東京都・山梨県)	850円	四国 (香川県・徳島県・愛媛県・高知県)	850円
信越 (新潟県・長野県)	860円	九州(福岡県・佐賀県・長崎県・熊本県・大分県・宮崎県・鹿児島県)	860円
北陸 (富山県・石川県・福井県)	750円	沖縄 (沖縄県)	2,400円

※コープわくわく便に関するご質問は組合員担当までお願いいたします。

※ご登録いただいた個人情報は、わくわく便ご利用に対するサービスや付随する業務以外には使用しません。

## コープ わくわく便 利用登録用紙

組合員番号	グループ名	※組合員担当に手渡ししてください。	
お名前	ご住所	〒	電話番号 ( ) -
新規	変更	ご依頼主のお名前	※1
お名前	フリガナ	電話番号	※携帯電話可
お届け先	〒	電話番号	※郵便番号を必ずご記入ください。
新規	変更	ご依頼主のお名前	※1
お名前	フリガナ	電話番号	※携帯電話可
お届け先	〒	電話番号	※郵便番号を必ずご記入ください。

※1…組合員様ご自身がご依頼主の場合、ご記入は不要です。

※お届け先を新しくご登録いただく場合は「新規」、お届け先住所が変更となる場合は「変更」に○を付けてください。

コース

A・P・Y

コース





これ、おすすめ!

組合員さんから組合員さんへ

あれ、おいしかったよ!

# 商品やサービスに関することをお伝えします!

組合員さんから「こうして食べると美味しいよ」「こんなサービスを利用して助かったよ」など  
たくさんのお声をいただいたので紹介させていただきます。ぜひ、くらしの中に活用してみてください!

注文番号と価格は4月1回企画のものになります。

**べんりで酢**



砂糖:国内製造

**1053** 4月 3回 トキワ

**べんりで酢**

1ℓ ★ 本体 **898**円  
(税込 970円)

色々使えるバランスのよい  
合わせ酢。小麦

(36kcal・食塩相当0.6g / 大さじ1杯15ml)

賞味期間:1年2カ月

キャベツ、トマト、キュウリを一緒に浸けて、鷹の爪を入れるとピリッとスパイスがきいて大人向けの一品ができます。

**冷凍きざみうす揚げ**



大豆:アメリカまたはカナダ産

チャックシール付袋

**371** 冷凍 4月 3回

山一食品

**CO-OP 冷凍**

**きざみうす揚げ**

150g ★ 本体 **238**円  
(税込 257円)

大豆:分別生産流通管理

(340kcal・食塩相当0g / 100g)

お味噌汁や炊き込みご飯はもちろん、チャーハン、炒め物など色々な料理にさっと使えるので重宝しています。

**国産筑前煮の具(水煮)**



人参・ごぼう・蓮根・筍・ふき・こんにゃく

**301** 4月 3回 黒松千年屋

**国産筑前煮の具(水煮)**

本体 **298**円  
(税込 322円)

280g(2~3人前)

国産の6種の具材を使用した水煮。

(40.1kcal・食塩相当0.04g / 100g) 賞味期間:4カ月

面倒な下処理の手間もなく、すぐに使えるのがありがたいです。時短でとても便利です!

**白バラヨーグルト生乳100**



生乳:鳥取県産

生きて腸まで届くビフィス菌BB-12を使用  
砂糖は付いていません

**510** 冷蔵

毎週企画 大山乳業

**白バラヨーグルト生乳100**

本体 **218**円  
(税込 235円)

400g

鳥取県産生乳100%のプレーンヨーグルト。

(62kcal・食塩相当0.1g / 100g)

賞味期間:お届け日を含め10日

原産国により  
今回より値上げしています


まろやかでさっぱりしています。ドライフルーツを入れて少し時間を置いて食べると美味しいですよ!

**まめちしき**

組合員さんが教えてくれた  
ちょっと便利なワザをご紹介します!  
試してみてくださいね!


**しおれた葉物野菜をシャキッとさせるには?**

ボウルに50℃ほどのお湯を注ぎ、1分から2分つけておくと、みずみずしい食感が復活します。



**きゅうりを美味しく食べるには?**

きゅうりのへたを切り落とし、切り口を20秒ほどこすると白い液体(アク)が出てくるので流します。苦味やえぐみが減り、味がしみ込みやすくなります。



**他にもこんなサービスがあります!**



**赤ちゃんサポート**

ご出産～1歳の誕生日まで、育児をサポートする商品を無料でお届けするサービスです

なかなか離乳食を食べなかったうちの子が、おかゆにバランスキューブを混ぜてあげると食べるようになりました!



詳しくはこちら

**ささえあいサポート**

ちょっと手伝ってほしいときに利用できる、組合員どうしの支え合い制度です

70代夫婦二人暮らしで、家具の移動をしたいけれど誰にも頼めず困っていたところ、ささえあいサポートを利用し解決できました!



詳しくはこちら