

組合員カードを見せると、いろいろなお店で お得なサービスが受けられます！

コープアプリの「デジタル会員証」を提携店にご提示いただいた場合もサービスを受けることができます。

提携店名	所 在	サービス内容
中国ろうきん	各ローンセンター	金利優遇制度があります。
洋服の青山	各店舗(全国)	カードご提示の上、タイアップカードにご加入いただくと 店内全品、割引後価格より10%割引します。
紳士服のはるやま	各店舗(全国)	組合員カード又は生協の掲載チラシを持参の場合、 お買い上げ金額より10%割引となります。
山陰石油	各直営店舗	車検を組合員特別価格で受け付けします。 60分・1日コースがあります。 ガソリン、軽油、灯油は3円割引します。
山陰石油提携店(島根県エリア)	●セルフステーション浜乃木 松江市浜乃木6-18-7 ●セルフステーション松江 松江市東朝日町148	●東津田SS 松江市東津田町1092-2 ●出雲西SS 出雲市渡橋町77-2

引越しのサカイ

県内外の引越しの際、生協組合員価格(20%OFF)適用。その他特典追加があります。
お気軽にお問い合わせください。 協同サービスしまね TEL0852-31-5484

※サービス内容は、2025年2月末現在のものです。告知なく変更する場合があります。

ご連絡は問合せセンターへ

0120-336-021 ・月～金/8:30～20:00
・土/9:00～17:00

※問合せセンターでは、連絡をいただいた内容を正確に対応させていただくことと、オペレータの対応力向上のために会話を録音させていただいています。ご理解とご協力をお願いいたします。

各事業所

■松江北支所 〒690-0871 松江市東奥谷町362-1	■大田支所 〒694-0064 大田市大田町大田口1177-1
■松江南支所 〒699-0111 松江市東出雲町意宇南3丁目1番1	■浜田支所 〒697-0006 浜田市下府町327-135
■出雲支所 〒693-0058 出雲市矢野町487-1	■益田支所 〒698-0041 益田市高津6丁目15-49
■雲南支所 〒690-2404 雲南市三刀屋町三刀屋1249	■隠岐の島出張所 〒685-0021 隠岐郡隠岐の島町岬町川原田の一 20
	■本部・組合員会館 〒690-0017 松江市西津田1-10-40

商品の利用に関しては、生協しまねホームページより「宅配事業商品利用約款」「配食事業商品利用約款」をご確認ください。個人情報については、商品・サービス提供の為に生協の取引先へ個人情報を提供する場合があります。詳しくは、生協しまねホームページより「個人情報保護基本方針」をご確認ください。

※生協しまねご利用ガイドの内容は、2025年2月末現在の情報です。

次回訪問日記入欄： 月 日 時ごろお伺いします。

(キリトリ)

今回ご説明した内容に(✓)を入れてください。

生協しまねとは？ P1 ()

注文方法 P5 () 商品お届け表兼請求書 P10 () ご利用形態 P13 ()

赤ちゃんサポートクラブ P17 () わくわく便 P18 () 夕食宅配 P19 ()

おたがいさま P20 () ハウスクリーニング P20 () ご加入特典 P23 ()

COOP 共済 ()

お 名 前： 組合員CD：

次回訪問日：

(キリトリ)



生協しまね ご利用ガイド



contents

① 「生協しまね」を紹介します

② 人気商品・産直商品

③ 生協ならではの人気・イチオシ商品
④ 「生協しまね」の産地直結商品です！

⑤ ご注文とお支払い

⑥ 注文書はカラーでわかりやすく！さらに便利に！
⑦ 生協ポイントを上手に貯めてお得に利用！
⑧ 注文の返品・交換・追加にもお応えします
⑨ 商品お届け表 兼 請求書をご確認ください！

⑩ ご利用形態

⑪ ご利用形態について
⑫ 手数料割引制度、
5つのくらし応援サポート
⑬ 商品の置き方と回収について

⑭ その他のサービス

⑮ 赤ちゃんサポートクラブ
⑯ コープわくわく便
⑰ コープの夕食宅配/
コープの健康管理食・介護食
⑱ おたがいさま/ハウスクリーニング

⑲ ライフスタイルに合わせて選べる
5つの注文方法

⑳ ご加入特典

㉑ ご加入特典のご案内
㉒ コープの保障【コープ共済】

生協しまねの
取り組みについて
Instagramで紹介!!
こちらから



COOP-SHIMANE

暮らしを元気にする「生協しまね」を紹介します

生協しまねとは？

ご加入いただくと、産直品をはじめ生鮮品から

日用雑貨までをお届けする宅配や、子育てサポートなど、

日々のお困りごとに対応したサービスなど、ご利用いただけます。

みんなのための みんなの組織です！

利用者は組合員で、運営には組合員みんなが参加します。事業や商品への意見、要望を出し合い、様々な活動を行っています。また、事業の原資となるお金は、利用する組合員みんなでお出し合います。組合員一人ひとりが生協の出資者です。

出資金の積立にご協力ください。

生協しまねではみんなの願いを実現するために計画増資(週、月/100円単位)の登録をお願いしています。詳しくは配送担当者までお尋ねください。

生協しまね

みんなで
出資

みんなで
利用

みんなで
運営

安全安心な食品を中心とした カタログをご用意しています



食品はもちろん洗剤やトイレトペーパーなど消耗雑貨も多数掲載。メインカタログです。

だいすき

組合員のみなさんからのリクエスト商品を中心に品ぞろえ。利用された組合員のみなさんからの声も掲載されているので参考になります。



その他にも
たくさんのカタログが
あります。
毎週配布のカタログを
一部ご紹介。

キャロット

普段の暮らしにお役立ちできる雑貨品や、苗、本、子ども向けおもちゃなど企画は様々。

味彩

市販ではあまり見かけない商品や地方にしかない名産品などが企画されています。旅行に行った気分でご覧ください。

ふあみーゆ

離乳食や紙オムツ、カフェインレス飲料など企画。食品はすべてアレルギー表示があるので選びやすい。



マークの表示



普段の暮らしに欠かせない健康、おいしさ、品質、便利、価格、環境などのおすすめができる商品です。



対象の商品をご利用いただくとポイントが貯まり、貯めたポイントは1ポイント=1円として商品利用に使用できます。



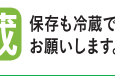
生産者との交流や栽培・飼育方法が明確、など生協しまね産直商品です。



島根・鳥取で収穫された商品です。



保存も冷凍でお願いします。



保存も冷蔵でお願いします。



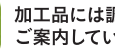
次回0月0回 次の企画予定をご案内しています。



レンジ



トースター



湯せん



揚げ

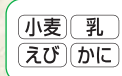


フライ

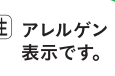


自然解凍

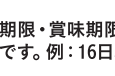
加工品には調理方法をご案内しています。



小麦



乳



そば



落花生



アレルギー表示です。



消費期限・賞味期限の案内です。例：16日、6ヵ月



ワンポイント！

「このカタログ毎週入ってるけど必要ないのに…」「カタログが多すぎる…」などでお困りの場合、一部カタログは停止することができます！詳しくは配送担当者もしくは問合せセンターまでお問い合わせください。

生協商品の安全・安心情報

商品の原料原産地についてや加工地などの情報はカタログに掲載されない場合もあります。商品についての詳しい情報はパソコンやスマホ、携帯で「おしえてNet(おしえてねっと)」と検索してください。詳しい商品情報などを調べることができます。お調べできない場合は問合せセンターまでお問い合わせください。

問合せセンター

0120-336-021

「おしえてNet」は
こちらから





生協ならではの人気・イチオシ商品

生協の組合員さんからの人気投票で上位になった商品をご紹介します!!

市販にはない商品ばかりで、皆さんのお家の食卓の定番になること間違いなし!!

ぜひお試しください♪

2024年度 C-1グランプリ投票結果

1位 こめたまご

2位 太山ヨーグルト

3位 だし入りみそ

4位 ふっくらしらす干し

5位 フリーズドライスープ各種

1位 こめたまご

あったかいうどんに「こめたまご」をのせて食べるのが大好きです。市販のたまごと比べると黄身の色が濃く弾力があり、とても新鮮な旨味があります。ひとり暮らしをしている大学生の娘が帰省時にたまごかけごはんを食べ「たまごが美味しい!」と生協のこめたまごの美味しさを実感していました。

組合員さんの声



※現在は「福田ファーム」「生協ひろしま」より、こめたまごをお届けしています。

全部生協商品で揃う

「こめたまご」レシピ 超簡単朝食メニュー5分で完成♪

冷凍パテサラダベース(解凍する)、北海道のつぶコーン(そのまま)、こめたまご。これに、マヨネーズ、塩、こしょうを入れてオムレツにします。分量は人数に応じて決めます。家族に好評です♪



太山ヨーグルトアレンジメニュー

そのまま食べても美味しいですが、ジャム・マシュマロ・はちみつ・グラノーラなどひと手間加えても美味しいです♪

2位 太山ヨーグルト

太山ヨーグルト

共働きの私にとってコープ商品は「なくてはならない」必須のアイテムです。腸活にもバッチリで、孫が来ると「ヨーグルト頂戴」と言ってすぐなくなるほど美味しいです♪

組合員さんの声



「生協しまね」の産地直結商品です!

「生協しまね」の産地直結商品は、生産者の顔が見える安心商品です。

このマークをチェック

コープのまい!産直

カタログに掲載されているこのマークがついている商品が生協しまねの産直商品です。

「産直」をすすめていく4つの基準

- 1 組合員と交流でき、なによりもお互いの顔が見える関係を大事にしています。
- 2 どこで、だれが、どのようにつくったかわかること。
- 3 記録・点検・検査などによる、検証システムを手段として持っていること。
- 4 安定して、継続的に商品が届けられ、環境に配慮した事業の推進ができること。

生協しまね産直産地のご紹介
(全国に14ヵ所あります。)



3

生協しまね産直産地「津軽産直組合」の葉とらずりんご 葉っぱー

葉とらずりんご「葉っぱー」は、生協しまねのオリジナル商品で、生産者と組合員が一緒に育て、普及するりんごです。「濃厚な甘さと適度な酸味があり、コクのあるりんご」を目指しています。



産直商品のご案内や取り組みについては生協しまねホームページをご覧ください。

産直商品の中には、注文カードを出さなくても商品が届く「利用登録」ができる商品もございます!

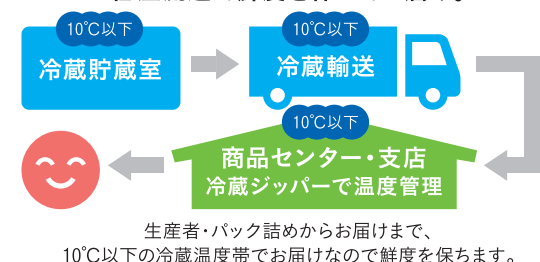
9

毎日の必需品

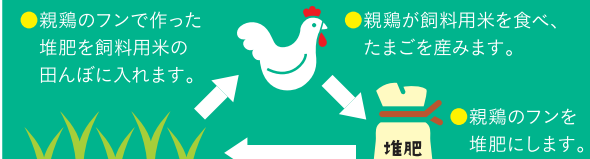
こめたまご



新鮮なたまごを新鮮な状態でお届け! 低温流通で鮮度を保ってお届け。



「循環型農業」で地域に貢献



鶏糞は有機堆肥として、飼料用米を作る田んぼに返します。島根県の休耕田を利用して飼料用米を作るので地域の農業発展にも貢献します。

8

まい!しまねの牛乳



組合員さんの声

まい!しまねの牛乳

主人が気に入ってます。主人いわく、コクがあり美味しさが断然違うそうです。

まい!しまねの1.0低脂肪牛乳

低脂肪なのに牛乳の味がしっかりします。島根県産でもあることが嬉しい!



注文書はカラーでわかりやすく！さらに便利に！

ご確認 いただくこと

ご記入された注文書は機械で読み込みをします。使用している機械は黒色の文字は読み取ることができますが、赤色のボールペンやフリクションペン(消せるボールペン)などをご使用された場合、数字を読み取ることができなかつたり、または誤った文字(数字)に読み取ってしまう場合がございます。文字(数字)を正しく読み取れない場合、ご注文いただいた商品が届かなくなったり、ご希望の数量で届かない可能性がありますので、**注文書にご記入される場合は、「シャープペンシル、黒色えんぴつ、又は黒色のボールペンでご記入」**いただきますようお願いいたします。

商品点数を記入する際の記入例

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

※必ず枠内におさまるように記入してください。



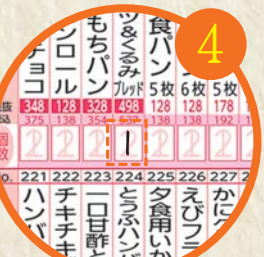
1 今週のおすすめを
カラー写真で掲載。
注文もできます！



2 プラス
10p
プレゼント マークのついた
商品をご利用いただくと
ポイントが貯まります！
貯まったポイントは1ポイント=1円として使用
できます。ポイントの使用方法についてはP7・8
をご確認ください。



3 計画増資の申し込み・
変更が簡単にできます。



4 ご希望の商品名の下に
数量をご記入ください。



5 野菜・果物・
肉・魚など
商品分類ごとに見出しを
付けています。



6 過去半年以内にご利用された
商品は■で表示されます！
さらに今回お買い得の場合は
赤の太線で囲んで目立たせて
います。



7 価格部分を目立たせ
今週のお買い得商品を
わかりやすく表示
しています！

8 アレルゲン
登録・取消が
簡単にできます！

アレルギー表示 ●下記より気になるものをご登録ください。

1	2	3	4	5	6	7
卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに

登録は
「1」
取消は
「9」

(アレルギー表示を登録された商品は■で表示されます)

既に登録されているアレルギーには、
★がついています。

9 注文書に
記載がない
商品の注文も
カンタンです！

注文書 (47都道府県別注文書) 47都道府県別注文書は10欄以上の注文はご利用できません。

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	6	7	8	9	1	2	3	4	5

●裏面の6桁欄に
ご記入ください。
10点以上の場合も
6桁欄をご使用ください。



●注文書が記入しにくいなどのお困りごとには、商品画像を掲載して記入しやすくなっている「フルフォト注文書」に変更することもできます。
●アプリやインターネットでの注文で、注文書が必要な無い方は注文書のお届けを停止することもできます。
●フルフォト注文書の希望、注文書のお届け停止については配送担当者もしくは問合せセンターにお問い合わせください。



生協ポイントを上手に貯めてお得に利用!

ポイントの貯め方

～ポイントが貯まる機会がいっぱい～

- 1 生協商品のご注文があれば、請求時に必ず1ポイント貯まります♪
→ 毎週利用すれば1年間で約50ポイント貯まります。
- 2 カタログに **100P プレゼント** ← このマークがついている商品を利用すると貯まります♪



この場合は、利用されると
100ポイント付与されます。

※複数点利用の場合も点数×ポイント分が付与されます。

※ポイントは商品お届け時に付与されます(予約商品含む)。
付与されたポイントは「商品お届け表 兼 請求書」にてご確認ください。

- 3 様々なタイミングで開催される
「ポイントキャンペーン」で貯まります♪

- ◆ “対象商品の利用金額に応じて”抽選でプレゼントされるキャンペーン
- ◆ 生協しまね独自キャンペーン などなど...

保有ポイントの確認

～いつの間にか「こんなに貯まってたんだ…」なんてことも♪～

- 1 注文書で確認する場合



ここを確認!

現在保有の
ポイントは注文書の
右上を確認!
今使えるポイントが
表示されています。

- 2 「商品お届け表 兼 請求書」で確認する場合

→ 毎週カタログと一緒にお渡ししている「商品お届け表 兼 請求書」にも記載しています。

ポイントのご案内			
前回ポイント残高	獲得ポイント	ご使用ポイント	残高ポイント
1,074 P	1 P	0 P	1,075 P
《お知らせ》			
ポイントのお知らせ: 1,075ポイント(2025年2月10日現在)			
《ポイントには有効期限があります》			
残高ポイントの内、2026年3月5日までの有効ポイントは670ポイントです。			
《獲得ポイント明細》		《ご使用ポイント明細》	
ポイント明細	ポイント数	ポイント明細	ポイント数
ご利用ポイント	1 P	ご利用ありがとうございました。	

有効期限のあるポイントはコチラ

ポイントの使い方

～貯まったポイントをいつでも気軽に使用～

- 1 注文書での使い方



ポイントの
使い方

1ポイント=1円としてご使用いただけます。

注文書表面の「今回ご利用ポイント」欄に、累計ポイントの中から使用する
ポイント数をご記入ください。

累計ポイントの中から使用する
ポイント数を記入します。

- 2 コープアプリ、eふれんずでの使い方

※アップデートにより機能やデザインが変更になる可能性があります。

コープアプリ画面



このマークを
タップ

eふれんず(スマホ)画面



eふれんず(PC版)画面



このマークを
クリック

こんな使い方もあります♪

ポイント使用の申し込みが面倒な方にオススメ!

事前登録で自動的にポイントを使用できます。

登録ポイントは500ポイントです。500ポイント
=500円貯まると自動
的に商品代金のお支払
いに使用できます。

登録方法

注文書裏面6桁番号欄に

●1811...数量「1」で登録



自動ポイント解除したい場合は「1821」...数量「1」とご記入ください。

出資金に振り替えることもできます!!

貯まったポイントを
100ポイント単位で出資金に振り替え

例)
300ポイントを出資金へ
振替する場合

●1802...数量「3」で登録



※自動ポイント登録、出資金への振替は注文書裏面の右下にある
6桁注文番号記入欄で申込みができます。

【ポイントの有効期限について】

ポイントは付与された年度の翌年度末までが有効期限となります。(最長2年間)
例:2025年4月1回～2026年最終企画回までに付与した未使用のポイント
⇒2027年3月最終企画回で失効となります。

※有効期限のあるポイントについては「商品お届け表 兼 請求書」でご案内します。

ポイントの使用は有効期限が古いものから使用されますが、
有効期限が過ぎると失効となってしまいます。
催事の季節など出費の重なる時期や、ある程度貯まった時など、
計画的にご使用ください。

※このページに記載の情報は2025年2月末現在のものです。



注文の返品・交換・追加にもお応えします

注文した商品の返品・交換・追加は、一定のルールがあります。下記の表を参考にいただき、わからないことがあれば遠慮なく配送担当者もしくは、問合せセンターまでお問い合わせください。

お願い

商品をお届けした際に、商品の確認をお願いいたします。万が一不良品を発見されましたら、問合せセンターまでご連絡ください。交換、または返金の対応をさせていただきます。

	良 品		
	返 品	交 換	追 加
 食品	 できません	 できません	 できません
 非食品 (雑貨品)	 お届けした状態で2週間以内の物であれば返品を受付けます。但し、下記のいずれかに該当する商品は返品・交換ができません。 ■トイレロール、ティッシュ、洗剤、柔軟剤、シャンプー、消臭芳香剤、防殺虫剤などの日用消耗品 ■CO・OPマークのついた非食品 ■チケット(コンサート・テーマパークなど) ※ご注文の際は、注文番号記入間違いにご注意ください。		 お届け週から2週前の企画まで追加可能です。 ※追加した商品の返品はできません。
スクロール	 色・柄のイメージ違い サイズが合わない	 できません	 受注期間内であれば追加受付け可能です。
スクロールドラッグ	 できません	 できません	 できません
 くらしと生協	返品連絡表に必要事項を記入の上、下記の方法で返品してください。 ■共同購入で、配送担当者がお届けした商品は直接、配送担当者にご提出ください。 ■配送担当者がお届けしていない商品は着払いにて、直接カタログセンターへ送付してください。 ■お届け先の変更は配送担当者にお伝えいただくか「くらしと生協カタログ注文センター」へ直接連絡してください。  0120-09-8282		
 部品発注 修理依頼	部品発注 以下のものは実費(送料は無料)です。 商品に必要な付属消耗品【圧力鍋の部品(パッキン、分銅おもり他)、電動歯ブラシのスベア、オイルボットのコットンフィルター(フィルター規格のないもの)、ハンディークリーナーの紙パック(本体だけの規格で紙パックの規格をしていないもの)】他 ※消耗品でない場合は、部品代+送料がかかります。 修理依頼 ※依頼される際は、購入時期を教えてください。		

※返品希望の場合は直接配送担当者へ渡すか、荷降ろし場所へ"返品"と記入した紙を貼って置いてください。



商品お届け表 兼 請求書をご確認ください！

商品お届け表 兼 請求書

063-014887 03-064

生活協同組合しまね・T328000500662

配達日: 2月3日

配達日: 2022年2月18日

配達日: 2022年2月18日

配達日: 2022年2月18日

コース: 15A 206 -006

組合員コード 00123456

組合員名

事業所: 山陰広域支店

2002

担当者:

問合せ先: 0120-336-021 (1 / 1 枚)

8桁の組合員番号

ここを見て!

数量限定商品の抽選結果をご案内しています。

今回お届け商品名、金額

税率10%商品

軽減税率対象商品

現在、注文受付済商品で次週以降にお届けとなる商品です。

前月16日～当月15日の期間のお届け日毎の集計金額をご案内しています。

今回お届けの明細の税率8%と10%の商品利用金額と税額をご案内しています。

毎月のご請求金額が確定した週に口座振替金額をご案内します。

計画増資の申込みをされた場合は、出資金は口座振替完了後、翌月1回目のお届け表兼請求書で金額が変更となります。

数量限定商品の抽選結果のお知らせ

結果	商品名	数量
当選	Cヌードルあさりだしどんぐり限定 1食抽選当選	1食
当選	韓国産辛味炒め (辛味) 400g 抽選当選	400g
当選	味噌豚角煮 200g 抽選当選	200g
当選	ザ★チャーハン 600g (300g×2袋) 抽選当選	2袋

お届け商品の明細

注文No.	区分	数量	商品名	金額	税率
35	当選	1	生協食パン 1斤 (5枚)	175	8%
289	別積	1	産直つぎ白ネギ (鳥取県産) 700g以上 (1束)	198	8%
619	ドライ	1	お届け袋に入っている商品	698	8%
687	ドライ	1	東前リミックスナッツチョコ入り 220g (22g×10)	498	10%
895	ドライ	1	柿つき餅 500g (10個)	630	8%
210447	ドライ	1	CO4級選せるトイシC2個 12枚×4個組×2個	570	10%
43	冷蔵1	1	かに風味フレーク 77g	110	8%
440	冷蔵1	3	鳥取県産大豆使用 うす揚げ 2枚	279	8%
9261	冷蔵1	5	登録:プロビオヨーグルト低脂肪 112g	655	8%
52	冷蔵2	1	ふくらしらす干し (産直) 2.5g×3	373	8%
46	冷凍	1	大塚王将 業務用餃子 8.50g (50個)	873	8%

次回以降のお届け商品・予約・登録・解除の明細

種別	区分	数量	商品名	金額	税率	
予約商品	ドライ	1	柿つき餅 500g (10個)	2月4日届	580	8%
予約商品	冷凍	1	ババリウ数の子揚げしょうゆ味 150g	1月4日届	1,780	8%
予約商品	冷凍	1	南島黒豚しゃぶセット肉つゆ 500g	1月5日届	1,580	8%
予約商品	冷凍	1	もちりあん餅 (冷凍) 6個	1月4日届	480	8%

表面からの読みです

今日のお届け利用金額

ご請求金額

8,095円

今日のお届け金額 (内訳)

内訳

商品代金 8% 合計

商品代金 10% 合計

お届け品ご請求額

他費中込

ご請求金額

8,095円

063-037546

次回引き落とし予定累計金額

01/17 お届けご利用代金 6,187円

01/24 お届けご利用代金 9,882円

01/31 お届けご利用代金 8,041円

02/07 お届けご利用代金 8,468円

合計 32,578円

■前月繰入金以外 (「異議」サービス費) 振替口座振替の

利用金額は振替できません。

請求書 (利用明細)

利用日	請求内訳	金額	利用日	請求内訳	金額
08/21	お届け表ご利用代金	9,760円	09/11	お届け表ご利用代金	8,758円
08/28	お届け表ご利用代金	7,140円	08/31	ハウスクリーニング	10,450円
09/04	お届け表ご利用代金	14,100円		コース共済	22,685円
	ご請求金額				72,993円
	支払方法 口座振替				

※請求金額は振替日 (金融機関が休日の場合はその翌営業日) までに引当口座へご入金ください。引当できなかった場合は、コース共済振替口座 (振替口座) へお振替 (翌15日、金融機関が休日の場合はその翌営業日) します。なお、再振替までに引当口座へご入金ください。

※再振替でも振替できなかった場合は「コンビニ及び郵便局の払戻し」での請求となります。なお、この場合はご注文をお受けできなくなりますのでご了承ください。

※出資金残高 190,295円 2020年9月12日現在

※増資申込みの出資金残高は、代金引落とし及び入金を確認後、出資金高が変更されます。

生協掲示板

北海道のつばコーンご注文の組合員様へ

9月3日食品カタログ2頁2頁39番「北海道のつばコーン」で年間最安値266円とご案内していましたが、実際の年間最安値は238円のため、ご購入いただいた方へ238円に訂正請求させていただきます。ご注文をお付けいたしますが、ご迷惑の程、よろしくご理解申し上げます。

◆秋のおさそいキャンペーンのご案内◆

9月17日から10月2日の期間で開催します。詳しくは8月17日から21日配布のチラシをご覧ください。ご近所の方、友達、職場の仲間の方など「おさそいカード」を提出いただく加入の有無に関係なく300ポイントをプレゼントします。「秋のおさそいCA」チラシがない場合は担当者にご連絡ください。

お名前

別積商品

注文番号

お届け温度帯

ご注文数量

ポイントを利用された場合は、税率8%と10%の商品代金(税込)の金額の割合によって、ポイント使用分をマイナスしています。

コープ請求書(利用明細)に記載します項目は以下の通りです

- ①お届け表ご利用代金 (共同購入)
- ②コープ共済
- ③夕食宅配
- ④新コープのケガ保険など各種保険掛金
- ⑤ハウスクリーニングなどのサービス

ここを見て!

生協掲示板には、組合員の皆様へ大切なお知らせがある時に記載されますのでご確認をお願いいたします。

請求期間		口座振替日					
4月	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30			
5月	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31

■代金のお支払い

利用された商品代金(前月16日～当月15日のお届け)は、登録口座より**当月の26日に口座振替**いたします。(※金融機関が休業日の場合は翌営業日)

商品お届け表 兼 請求書をご確認のうえ、期日までに登録口座へ請求金額をご用意ください。26日の口座振替に間に合わなかった場合は、「再振替のお知らせ」を郵送し、**翌月の15日に再振替**いたします。

【ご注意ください】翌月15日の再振替ができなかった場合

- ①商品のご利用ができなくなります。
- ②事務手数料440円(税込)を加算した払込取扱票を郵送しますので、コンビニまたは郵便局でお支払いをお願いします。

※このページに記載の情報は2025年4月現在のものです。

ご利用形態 ご利用形態について

生協の商品は毎週決まった曜日の決まった時間に、それぞれ決められた場所へお届けしています。ご利用形態は、『個人宅配』『なかよし個配』『班』『地域ステーション』『隠岐の島ステーション』の5つの中からあなたの暮らしにあったご利用方法をお選びください。

1人で利用したい個人宅配



商品を玄関先までお届けします。お留守の時でも指定いただいた場所へきちんと保冷対応を行い、置き配達をします。

個人宅配 配送手数料 **262円**(税込)
(通常個人宅配1回の配送料金)

※商品のお届けがない場合カタログ配布料金55円(税込)

∞配送手数料割引制度∞

1回のご利用金額8,000円(税抜)以上の場合
配送手数料が157円(税込)に割引となります
スクロール、一部のくらしと生協商品の
「お届け表 兼 請求書」への表示は、1週間遅れとなります。

2人で利用なかよし個配



ご指定の場所1カ所にお届けします。箱の中に個人別袋に分けてお届けしています。

※個人別袋は仕分け用の袋です。商品を持ち帰られる場合は、エコバッグなどご持参ください。

お一人様 配送手数料 **132円**(税込)
(通常個人宅配1回の配送料金)

※商品のお届けがない場合カタログ配布料金55円(税込)

∞配送手数料割引制度∞

1回のご利用金額お二人で14,200円(税抜)以上の場合
配送手数料がお一人様78円(税込)に割引となります

3人以上集まれば班配送



お友達やご近所、職場の同僚で3人以上集まれば「班配送」としてワイワイ楽しくご利用いただけます。

配送手数料 **無料**

※「引っ越してきたばかりで知り合いがいない」「近くの班を紹介して欲しい」などのご要望がありましたら配送担当者までお気軽にお申し出ください。

1人で利用できる地域ステーション



地域ステーション営業時間内に注文した商品を取りに来ていただけます。お仕事帰りに利用されると便利です！

配送手数料 **無料**

※現在、島根県内に約40カ所、地域ステーションを設けています。お近くの地域ステーションでご利用希望の方は配送担当者もしくは問合せセンターまでお問い合わせください。

隠岐の島

隠岐にお住まいの組合員さんは隠岐の島内の指定のステーションか班配送でのご利用となります。
※フェリー欠航時は翌日以降のお届けとなります。

・ステーション配送

1回のご利用手数料 **300円**(税込)

※いったん357円(税込)で請求されますが、翌週に57円(税込)返金します。

・班配送

1回のご利用手数料 **357円**(税込)

リーディングサービス「声のCiel」

視覚障害をお持ちの方は「声の商品案内CD」をお届けしています(100円税込/回)

ご利用形態 手数料割引制度、5つのくらし応援サポート

くらし応援サポートでは、手数料割引によるサポートを行っています。

がんばるママを
応援します！

くらしの応援サポート その1 赤ちゃんサポート



★これからママになる方も
★ママになったばかり。
なれない育児をがんばる方も！
★買い物が大変なママも！

妊娠中からお子さまが**満1歳**になるまで
配送手数料 **無料！**

※なかよし個配、隠岐の島ステーションも適用

赤ちゃんサポートクラブへ登録してください。
嬉しいサポートが沢山♪
詳しくは15ページへ



応援サポート その3 ゴールド サポート

応援サポート その4 障がい者 サポート

お米やお水など重たい物、大きい物も玄関先までお届けします。



満70歳以上の単身者
もしくは夫婦どちらかが
70歳以上の世帯の方

※世代同居は対象となりません



同居のご家族が
障がい者手帳をお持ちの方

個人宅配 配送手数料 **157円**(税込)

※商品のお届けが無い場合カタログ配布料金55円(税込)

まだお子さまに
手がかかる
ママを応援！

くらしの応援サポート その2 すこやかサポート



お子さまが**1歳以上2歳未満**で
配送手数料 **157円**(税込)

※登録の日から一年間が対象期間です。

※すでにご加入済の方は、お子さまが2歳になるまでが対象期間です。

※商品のお届けが無い場合カタログ配布料金55円(税込)

毎週の買い物を
サポートします！

くらしの応援サポート その5 免許返納サポート

登録から**1年間**配送手数料**無料！**

無料期間終了後は配送手数料**157円**(税込)

※免許返納サポートはゴールドサポートの方が対象となります。

※1年間の配送手数料無料は、なかよし個配も適用



※商品をお届けする曜日、時間については生協がその地域に伺う時間によって決めさせていただいています。
※組合員さんの加入状況によっては配達曜日や時間を変更させていただく場合もあります。 ※このページに記載の情報は2025年2月末現在のものです。

ご利用形態 商品の置き方と回収について

配達時間にお仕事などで受け取りができない方、ご不在にされる方についてはあらかじめ商品の置き場を指定していただきます。ご不在の際はご指定の場所にきちんと保冷対応を行い、置き配達をいたします。その際の片付け方法などについてご確認ください。

大切な注文書・書類を大切にお預かりするために…

注文書、ギフト注文書、アンケート、重要な書類などは「**注文書 提出袋**」に入れて提出をお願いいたします。



- 注文書は開いた状態で、班で利用の場合は重ねて入れてください。
- ギフト注文書やアンケート、重要な書類も「注文書 提出袋」に入れてください。
- 注文書などを入れた後で袋を2つ折りにされてもOKです。



リサイクルチラシの間に
入っている場合、発見で
きずにリサイクル処理に
回ります。組合員の皆様
からの大切な預かりもの
です。ご協力をお願いいた
します。

商品を直接、お受け取りできない場合、 帰宅されるまで品温管理は万全に対応します。

- 冷蔵商品には10℃以下になるよう蓄冷材(青色)を入れます。
- 冷凍商品には冷凍用蓄冷材(黄色)を入れ商品が解けないようにします。
- 商品を入れてお届けしている袋は個人別セット用の薄い袋を使用しています(持ち運び用ではありません)。お持ち帰りの際はマイバック、エコバック等をご用意ください。



安全封印テープを
貼り、お届けしますので
安心です。

リサイクルやリユースで返却する物の種類



職場や地域のグループではご利用者全員分をまとめるのは大変かもしれませんが、
おひとりおひとりのご協力をよろしくお願いします。

商品お届けの箱をコンパクトにする方法

青いコンテナ(オリコン)のたたみ方

※お名前シールが貼ってある場合は剥がしてください。



たたむ際、
指つめに
ご注意ください

商品お届けの箱やリサイクル品を返却する置き方

青いコンテナ(オリコン)は発
泡スチロール箱(シッパー)の
上に置いてください。
※重しになり風に飛ばされにくくなります。
※量によって違うので参考にしてください。



蓄冷剤とリサイ
クル品の入った
箱を重ねて!



発砲スチロール箱
(シッパー)の安全
テープは剥がしてく
ださい。

※安全テープは、商品をより
安心してお受け取りいた
くために貼っています。

きれいな入れ方見本

量によって違いますので参考にしてください。発砲スチロール箱や青いコンテナからはみ出さないように入れてください。

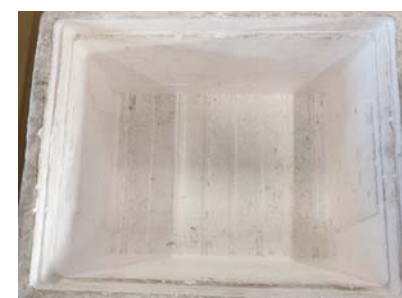


★発砲スチロール箱から頭が出なければ、複数のリサイクル回収物が入っていても大丈夫です。

発砲スチロール箱汚れ防止にご協力ください

生協の大切な備品です

発砲スチロール箱など1週間預かっていただく間、雨水や汚れが溜まらないようご協力お
願いします。





その他のサービス

赤ちゃんサポートクラブ

妊娠中の方からお子さま(末子)が満2歳になるまでの方が対象です。

「赤ちゃんサポートクラブ」とは?

子育てで食事づくりやお買い物が大変なお母さんを応援するしくみです。妊娠中の方やお子さまが満2歳になるまでの方なら、どなたでも最長1年間、隔週でサポート商品(無料)のお届けや、子育て情報などの応援が受けられます。
※赤ちゃんサポートクラブ登録中にお子さまが2歳になられると、サポート商品のお届けは終了します。

サポート
1

個人宅配手数料が満1歳まで無料になります

※1歳から2歳までは手数料の割引があります。



サポート
2

子育ての必需品を
最長1年間、隔週無料で
お届けします!

15のサポート商品の中から、
お好きな商品を隔週で1品選べます



※掲載の商品は15品の内の一部です。
※サポート商品は変更する場合があります。

サポート
3

子育てに役立つ商品カタログと
子育て情報紙をお届け!

子育てに役立つカタログ
ふあみ〜ゆ



子育て情報誌 ままみいる

赤ちゃんサポートクラブにご登録されている組合員さんに月に1度配布しています。



- 各商品には7大アレルギー情報が必ず表示されています。
- 離乳食やアレルギー対応商品・オムツはもちろん、カフェインレス飲料などママさん向けの商品も企画されています。
- 利用された組合員さんの声や、レシピも掲載!

- 離乳食のオリジナルレシピや、組合員さんからの子育てエピソードの紹介をしています。

ママなどうし、
子育ての情報交換
しませんか!

子育てくらぶ

子育て中の組合員を応援する「子育てくらぶ」があります。妊娠中から末子が就学前までのお子さんを持つ組合員3名から結成でき、月に1回、好きな場所に集まっておしゃべりします。子育てでやがらしの情報交換を通して、お互いのくらしを豊かにしていくことを目的としています。活動を応援する補助費と生協しまねからの試食品もあります。仲良しママ友の顔が思い浮かんだら…「生協の子育てくらぶ、一緒にやらない?」と誘ってみましょう。

子育てについての情報交換や、
普段のくらしのことなど楽しく
おしゃべりしています♪

子育て中の悩みや
疑問をみんなと話せば
スッキリ!



子育てくらぶ結成のお申し込みは…

0120-336-021



その他のサービス

コープわくわく便

県内外に離れて暮らすあの人…ちゃんと食べられているかな…

離れて暮らす大切な方へ皆様の想いと一緒に生協商品をお届けします。

こんな方に
喜ばれています!

- 大学に進学して一人暮らしのお子さま、単身赴任中のご家族に!
- 買い物に困っておられるご家族や親しい方に!
- 外出自粛など、なかなか帰省できないご家族に!

食べ慣れた生協商品を送ってあげたい…。
そんな気持ちを生協がお届けします。

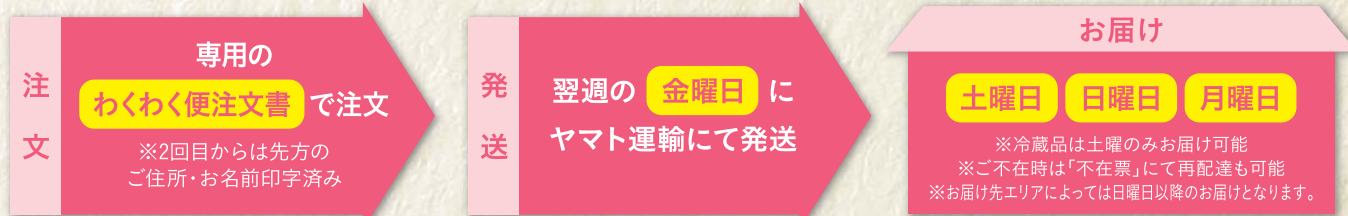
どんなものが送れるの?

毎週配布しているカタログの「CIEL(シエル)」「だいすき」「味彩」などの翌週お届け商品からご利用できます。

どれくらいの量が1箱で送れるの?

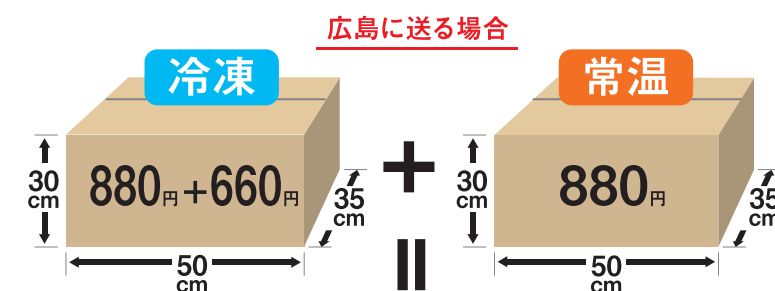
一箱で送れる箱は30cm×35cm×50cmの「120サイズ」箱です。重量は15kg以内までになります。目安は生協の商品をお届けしている発砲スチロールの箱3箱分です。ただし、温度帯別に送りますので冷凍、冷蔵、常温の商品があれば3個口になります。※冷凍・冷蔵・常温はそれぞれ送料がかかりますが、ご希望により常温を冷蔵に梱包するなどもできます。その場合は「わくわく便専用注文書」にその旨をご記入ください。

わくわく便の注文からお届けまでの流れ



送料はわくわく便の特別価格です!

1箱当たりの送料は右記の表の通りです。ただし、冷凍、冷蔵商品は右記の送料に別途クール代660円(税込)がかかります。



税込価格 2,420円

ご確認ください

- 「わくわく便専用注文書」にてご利用ください。専用注文書は配送担当者もしくは問合せセンター(0120-336-021)までお問い合わせください。生協しまねHPからもダウンロードできます。
- 以下の商品のご注文できません。
消費期限4日以内の商品、たまご・いちご・ぶどう・すいかなど衝撃でキズや破損や腐れが発生する商品、大型商品、園芸品、数量限定商品、予約・抽選商品、翌々週お届け商品、くらしと生協・スクロールカタログの商品
- 水やお米などの重量の大きいもの、トイレトペーパー(ケース)などの大型商品は個口数が増える場合があります。(例えば、2ℓ×6本入りのケース飲料は1個口になります)その時は生協より増箱になる事をご連絡いたします。

●わくわく便送料表

エリア	詳細	送料(税込)
北海道	全域	1,644円
東北	青森 秋田 岩手 宮城 山形 福島	1,232円
関東	茨城 栃木 群馬 埼玉 千葉 東京 神奈川 山梨	1,039円
信越	長野 新潟	1,039円
北陸	富山 石川 福井	968円
中部	静岡 愛知 三重 岐阜	968円
関西	兵庫 京都 滋賀 大阪 奈良 和歌山	907円
中国	鳥取 岡山 広島 山口	880円
四国	愛媛 香川 高知 徳島 福岡 佐賀	907円
九州	宮崎 大分 熊本 長崎 鹿児島	907円
沖縄	全域	3,036円

2025年2月末現在



その他の
サービス

コープの夕食宅配

1週間から
お試し
できます♪

手渡して笑顔も
お宅へ届けます

地域の見守り(ご利用者の安否確認)を夕食宅配を通して行っています。

作りたて

毎日作りたてのお弁当!
(冷凍ではありません)

安心

安全対策で容器に
「帯」を巻き、原材料表示
をしています

温かい

そのままレンジで
温められます



おかず8品

品目数
22品目
以上

カロリー
500kcal以下



おかず

品目数
15品目
以上

カロリー
365kcal以下



お弁当

品目数
17品目
以上

カロリー
650kcal以下
(白米約285kcal含)



お届け可能エリア

島根県内
一部お届けできない
地域がございます
(隠岐郡は全島対象外です)

※詳しくは問合せセンターへお問い合わせください。

利用者の声

益田支所の組合員さん
いつも美味しいお弁当をありがとうございます。
一人では炊事も大変ですが品々入って
味付けもよく満足しています。また、配達の方には、常に声をかけていただけていてとてもうれしく思っています。

お申し込みの流れ

夕食宅配
利用申込

お試し
期間

月~金曜日(土・日・祝祭日は休み)
毎日夕食をお届けします

お支払いは口座振替で
※一部現金でいただく場合がございます。

月~金曜の5日間、
同じ数量をお届けします。

まずは
「お試し一週間」からスタート!
ご質問 Q&A

Q 曜日単位(例:水曜日と木曜日のみ)
の利用はできますか?

A 週単位の予約注文(祝祭日を除く月曜~金曜日、毎日お届け)となっているので、曜日ごとの利用はできません。

Q お届け時間の
指定はできますか?

A お届け時間の指定はお受けできません。エリアに配達ルート进行调整させていただき、13:00~18:00の間にお届けさせていただきます。



ワンポイント!

夕食宅配以外にも、冷凍弁当などで
土日の食事のサポートをする
「応援食」をご用意しています!
※応援食は原則金曜日のお届けとなります。



さばの味噌煮・ハンバーグ弁当
白みそでじっくり煮込んだ骨の無いさばが魅力!



その他の
サービス

コープの健康管理食・介護食

こんな組合員さんの声にお応えして実現しました

- 両親の噛む力が弱くなってきたので、味がよく食べやすい食事があれば案内をして欲しいです。
- 血圧が高く、家で料理するのが大変なので、カロリーや塩分を抑えた食事があれば助かります。



糖尿病が
気になる方に
カロリー1600調整食
(カロリーと塩分を抑えた方に)



噛む力が
弱くなって
きた方に
きざみ食
(他にもムース食をご用意しております)



たんぱく質を
調整したい
方に
たんぱく食



お届け可能エリア

島根県内全域
(隠岐郡も含む)

体調に合わせて選べる7つのコース

ご注文は、42パターンからお選びいただけます! 詳しくは問合せセンターまで資料請求をお願いします♪



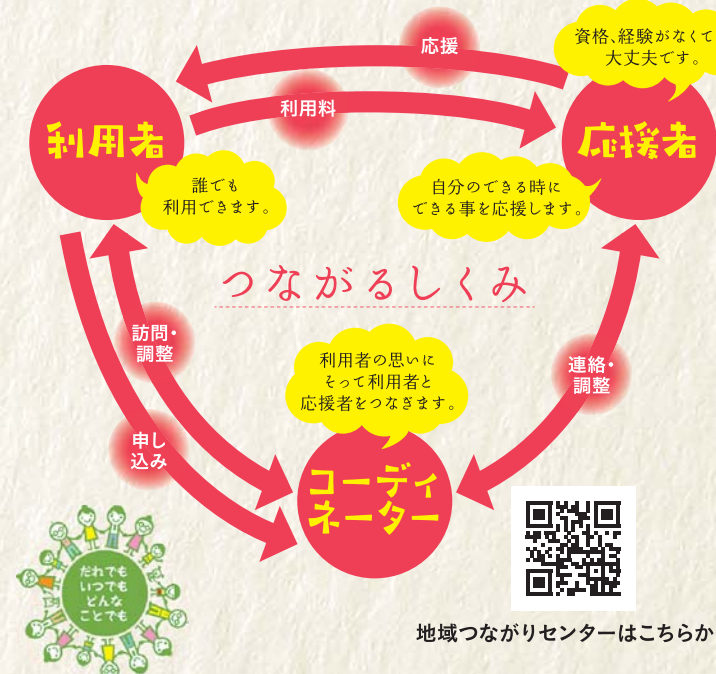
その他の
サービス

おたがいさま

※“おたがいさま”は有償のたすけあいシステムです。
※利用料等については各“おたがいさま”にお問い合わせください。(年会費等は必要ありません)

有償
たすけあい
システム

「困った!」と「お手伝いしたい!」を結びます。



だれでも利用したり、応援したりできます!

- 子どものお世話や託児
- 縫い物
- 産前産後の手伝い
- 買い物、話し相手
- 受診の付添いなど身のまわりの手伝い
- 家具の移動
- 墓そうじ
- 草取り、草刈り
- 窓拭き、家の片付け
- 他

連絡先	
●おたがいさま まつえ・やすぎ ☎0852-52-6795	●おたがいさま 大田 ☎0854-84-7055
●おたがいさま いずも ☎0853-23-0288	●おたがいさま 浜田 ☎0855-25-0820
●おたがいさま 雲南 ☎0854-45-0119	●おたがいさま 益田 ☎0856-32-3210

地域つながりセンターはこちらから

※2025年2月末現在



その他の
サービス

ハウスクリーニング

提携業者
サニクリーン
中国

プロの技で、頑固な汚れもピッカピカ、お住まいスッキリ!

キッチン廻り

レンジフード、コンロ、シンク、換気扇分解掃除、戸袋洗浄、除菌を行います。



レンジフード

レンジフードのみの、油汚れ除去、換気扇分解清掃を行います。



バスルーム

鏡や浴槽の水あかクリーニング。タイル目地やゴムパッキンのカビ除去。壁面、照明器具、換気扇、排水口などのお掃除。



トイレ

悪臭の元の尿石除去。落ちにくい水あかを除去。便器の内側など、掃除にくい部分を清掃。換気扇のお掃除など。



窓ガラス

手あか、油、泥などの汚れを取り除き、透明感のあるガラスに仕上げます。



他にも、網戸、照明器具、床のワックスがけ、じゅうたんクリーニング、壁(クロス)なども承ります。

お申し込みからお支払まで

(有)協同サービス
しまねへ
お電話ください。

お近くのサニクリーンより、
お見積もり・施工時の相談を
お電話にてさせていただきます。

お見積もり
(無料です)

ピッカピカ
おそうじ

共同購入登録
口座より振替

●(有)協同サービスしまね
☎0852-31-5484

隠岐地域は
除きます

【個人情報のお取扱いについて】
ご依頼いただいた内容につきましては、クリーニングの見積もりと実施の目的で生活協同組合しまね・(有)協同サービスしまね・サニクリーン広島との間で利用いたします。あわせて、生活協同組合しまねと(有)協同サービスしまねは、ご依頼いただいた内容につきまして事業等の健全な運営や商品・サービスの提供および紹介等のためにご利用させていただく場合がございます。

ライフスタイルに合わせて選べる 5つの注文方法

皆様の様々なライフスタイルに合わせてご注文いただけるよう、「注文書」「電話注文」「FAX注文」「インターネット注文」「コープアプリ」の5つの注文方法を用意しています。

① 注文書

毎週カタログと一緒にお渡ししている専用の注文書にてご注文ください。毎週の配送時に配送担当者が回収します。
※ご不在の際の提出方法についてはP13の「商品の置き方と回収について」をご確認ください。



② 電話注文

下記のフリーダイヤルにて電話で注文をお受けします。



注文センター **0120-336-170**

注文受付時間
月～金/9:00～22:30
土/9:00～18:00

※注文センターでは、連絡をいただいた内容を正確に対応させていただくことと、オペレータの対応力向上のために会話を録音させていただいています。ご理解とご協力をお願いいたします。

③ FAX注文

「FAX専用注文書」でご利用できます。「FAX専用注文書」が必要な方は配送担当者もしくは問合せセンターまでお問い合わせください。
※「FAX専用注文書」以外でご注文された際、お届けできない場合があります

FAX **0120-336-744**

注文受付時間
月～金/9:00～22:30
土/9:00～18:00



ご注意ください 電話、FAXでのご注文締め切りは注文書提出日の翌日18:00までです。

④ インターネット注文

配送当日に注文書を出し忘れた…、毎回注文書を出すのが難しい…

そんな方はスマホやパソコンで注文できる



をご利用ください。

eふれんずはこんなに便利！

- 毎日朝5:00～深夜3:00までいつでも注文ができる！
- WEBカタログが見れるので、必要なのはスマホ、パソコンのみ！
- 過去の注文履歴が確認できて計画的に注文ができる！
- eふれんずでしか買えない『限定商品』や『在庫処分企画』、毎週木曜日のお昼12:30からは『タイムセール企画』！
- アレルゲンの登録をすることで、アレルギー情報のお知らせ機能が、安心して注文ができる！

まずはeふれんずの登録画面にアクセス！



もしくは

生協しまね eふれんず で検索



この商品の次の企画はいつあるの？



「この商品が良かった♪」など、お気に入り商品の次回企画を調べる場合は「いつかNet」をご利用ください。

生協しまね いつかNet で検索

「いつかNet」でも分からない場合は配送担当者、もしくは問合せセンターまでお問い合わせください。

※連続して4週間ご注文がなかった場合は、一旦カタログのお届けが停止になりますが、問合せセンターにご連絡いただければ、お届けさせていただきます。

⑤ コープアプリ

便利な機能で楽しく使えます。
23ページに登録の仕方をご紹介します。

主な機能を3つご紹介♪



番号注文

注文番号と注文数量を入力するだけで、注文することができます。



WEB
カタログ

配布しているカタログが閲覧できますし、注文番号を選択するだけで注文することができます。



利用登録

翌週の数量変更などはこちらをクリックで簡単にできます♪



※アップデートにより機能やデザインが変更になる可能性があります。

このほかにもアプリ注文の方限定でお買得にお買い物できるクーポンや生協しまねの組合員活動などのニュースも配信しています！
コープアプリで楽しく注文しましょう♪



新規加入アンケートご提出で**500ポイント**プレゼント

- 1 ご加入「**6週間後**」にアンケートをお渡しします。
- 2 アンケートにご記入いただきご提出いただくと**500ポイントプレゼント！**
アンケートの内容は、くらしの変化やお気に入りの商品、ご意見やご要望などなんでもOK！
- 3 後日担当者よりお返事を書かせていただきます！
楽しみにおまちください♪



※このページに記載の情報は2025年4月現在のものです。

ご加入ありがとうございます♪
ご加入特典のご案内

特典②

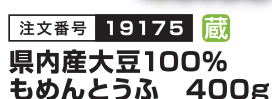
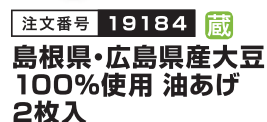
便利な利用登録を初回でご登録いただくと…
1品のみ**3週間無料**で
お届けします
※お届けの翌週に返金します。

※初回お届け翌週にポイントプレゼントいたします。

●利用登録対象商品を登録することで、定期的に商品をお届けします。自動的にお届けとなるので、ご注文忘れもなくなります。通常価格よりもオトクになる商品もあります。

- 計画的に商品を利用することができます。
- 注文書を出し忘れても、毎週必要な登録商品だけは必ずお届けします。

対象商品一覧



注文番号 **19159** **蔵**
こめたまご10個



※原料などの高騰により価格改定になる場合があります。

※利用登録価格よりもカタログでの特売価格が安い場合は特売価格でのお届けとなります。

※こめたまごは月によって価格が変わります。

※特典②対象でない利用登録商品はその他にもございます。その他の利用登録商品については配送担当者もしくは問合せセンターまでお問い合わせください。

組合員さんの特典②確認欄

特典②有り【 】無し
月 回～ 月 回まで要週返金

※複数をご登録いただいた場合は価格が一番高いものを返金します。

・利用登録は数量変更なども簡単にできます♪

新規ご加入の皆さまはご加入から3週間分は特典としてキャッシュバックされますが、その後は有料となります。

4週以降に登録を取り消す場合は配送担当者にお問い合わせいただくか問合せセンターにお電話にてお伝えください。
注文書での変更方法などを以下に記載しています。「1週間だけ数量を変更したい…」などのお困りごとでもこれで安心♪

注文書の裏面の4桁・6桁商品欄に希望の商品の登録番号と登録数量をご記入ください。

《4ケタ・6ケタ商品注文欄》4ケタ・6ケタ商品の注文・10個以上の注文はこの欄を使用してください。

注 文 番 号	注文数	注 文 番 号	注文数	注 文 番 号	注文数	10個以上 注文数	注 文
19159	1	222222	2	222222	2	22	22
222222	2	222222	2	222222	2	22	22
222222	2	222222	2	222222	2	22	22
222222	2	222222	2	222222	2	22	22
222222	2	222222	2	222222	2	22	22
222222	2	222222	2	222222	2	22	22
222222	2	222222	2	222222	2	22	22
222222	2	222222	2	222222	2	22	22
222222	2	222222	2	222222	2	22	22
222222	2	222222	2	222222	2	22	22

ここに商品の登録番号を記入



注文書にも記載されるので、分かりやすいです。

No.	商品名	価格	登録数
8102	ちくわ	98	1
9133	まいしませ乳	211	1
9159	10個めたこ	258	1
9167	とうふじゅうてんくん	91	1

ここに登録した商品名が記載されます

■「0」記入で翌週の登録商品全てをお休みできます。

登録商品欄にて登録商品はいつでも変更できます

「登録商品欄」の一番右側の□
内に「0」と記入してください。

C

該当商品の「訂正」欄の□内に「0」と記入してください。

登録商品欄
No. 8102
商品名 ちくわ
価格 98
登録数 1
訂正 0

該当商品の「訂正」欄
の□内に希望の数量
を記入してください。

登録商品	No.	8102
	商品名	ちくわ
	価格	98
	登録数	1
	訂正	2

コープアプリやインターネット注文でも**簡単**に利用登録の解除や数量変更ができます!!

ご不明な点は、配送担当者もしくは問合せセンターまでお問い合わせください。

特典③

ご加入週から3週間以内にコープアプリ登録で!!

300ポイントプレゼント!!

※ポイントは1ポイント1円として生協の商品利用にご使用いただけます。

生協のご注文は注文書以外にも様々な方法でできます。その中でも便利なコープアプリをご紹介します。スマホ・タブレットからダウンロードで便利にお買い物♪



カタログを開いて、鉛筆を持って…両手がふさがる注文から、子どもを抱っこしながら片手で注文できるようになりました。
ダウンロードされた組合員さんより

1 まずはアプリをダウンロード!! (スマートフォンをご準備ください)

アプリ(無料)ダウンロードはアプリ検索、または二次元コードから!

iPhoneの方

Androidの方



App Store(iPhone)
Google Play(Android)から

コープアプリで検索



2 組合員情報のご登録 (注文書や商品お届け表など組合員番号が分かるものをご準備ください)

組合員情報(メールアドレスや電話番号)のご登録

登録完了すると数字5桁のショートメッセージが届きます。その数字を入力(認証)で登録完了!



登録はこれで終わりです♪便利な機能が盛り沢山!!色々触ってみてください!

ポイントプレゼントスケジュール (個人宅配またはなかよし個配でご加入の方)

加入経過週	1週目	2週目	3週目	4週目	5週目
日付	4月1日(火)	4月8日(火)	4月15日(火)	4月22日(火)	4月29日(火)
初回利用	加入しました♪	初回ご利用「○」	初回お届け「○」	1000ポイントプレゼント!	
アプリ登録	アプリ登録で300ポイントプレゼント!				300ポイントプレゼント!
加入経過週	6週目	7週目	8週目	9週目	
日付	5月6日(火)	5月13日(火)	5月20日(火)	5月27日(火)	
新規加入アンケート	アンケート配布	アンケート提出		500ポイントプレゼント!	

※新規加入アンケートポイントプレゼントは、アンケート提出週によって付与のタイミングが異なります。

生協のカタログと一緒に見ているご主人さんやご両親もスマートフォンをお持ちであれば、**同じ組合員番号で複数台登録できます!**
アプリ登録者限定のお得なクーポンも配信予定!この機会にぜひご登録を♪

※このページに記載の情報は2025年2月末現在のものです。

特典④

8週連続! 生協の人気商品をお得な価格で!

見ないと損! 知っ得! コープでお買い得!

新しくご加入された方には生協の**人気商品**や**イチ押し商品**を**お買得**に試しいただける**特典チラシ**をお届けします。

「何が美味しいんだろう…」「どれを買おうか悩む…」

そんな悩みはこれで解決!!

この機会にお気に入り商品を見つけ楽しくご利用しましょう(^ ^)/

※知っ得! コープチラシは生協ご加入後、初めての商品が届く日のカタログから連続8週間配布されます。



「知っ得! コープ」vol.1 商品一覧!

淡塩さば 300g(3枚)	冷凍讃岐うどん 5食(麺200g×5)	野菜たっぷり 和風ドレッシング(300ml)	真っ赤なトマトの スープ(FD) (5食)
くつつかないホイール 25cm×5m	あらびき ボークウィンナー② 国産豚使用 85g(標準6本入)×2	とろける スライスチーズ 112g(7枚)	元気くん 65ml×10

※掲載の情報は2025年3月末現在のものです。商品や包材、価格が変更となる場合があります。

どれだけお買い得?!

例えば、冷凍讃岐うどんは通常価格368円(税抜)ですが、**知っ得! コープVol.1だと198円(税抜)**になります!!
知っ得コープはVol.8までありますので、ぜひご利用ください♪

注文方法

ご注文は注文書裏面の4桁・6桁注文欄に指定の番号と数量をご記入ください。



★知っ得! コープチラシは注文カタログの「商品お届け表 兼 請求書」の下に入っています。お見逃しなく!

★知っ得! コープチラシはコープアプリでもご覧になれます。

【ご注文予約をされた場合】組合員さんの特典④確認欄

商品【 】 月 回() 月 日) 配送日にお届けします。

CO・OP共済の
良さをもっと
知ってほしいのだ!

はじめまして! CO・OP共済です。

CO・OP共済キャラクター

コーすけ

アンケートご記入で
プレゼントが必ずもらえる!!

生協に新規ご加入の組合員へ

アンケートをご提出いただいた方へもれなく!

ボックスティッシュを
1箱プレゼント
いたします。

※プレゼントは予告なく変更する場合があります。
予めご了承ください。画像はイメージです。



保障に関するアンケートにご協力をお願いします

Q1 同居するご家族の人数を教えてください

Q2 気になる保障をお教えてください。
(右ページの回答枠にチェックしてください。)

- | | | |
|-----------------|---------------|----------|
| ①子どもの保障(0歳~高校生) | ②生命保障 | ③ケガの保障 |
| ④がんの保障 | ⑤医療保障(妊娠中を含む) | ⑥賠償責任の保障 |
| ⑦住宅(火災・家財)の保障 | ⑧女性向けの保障 | |

Q3 持病や服薬により、ご家族への保障を諦めたご経験はありますか?

アンケート
提出について

ご利用案内時に記入後、
担当者へご提出ください。

CO・OP共済のご加入者から寄せられた声(生協しまね組合員)

出雲支所



第2子を妊娠中に長男がケガをして通院してました。その時は何も考えてなかったのですが、後日に職員さんと話をしていた共済金のことを思い出しました。数ヶ月経っていたので心配していましたが、丁寧な対応で助かりました。改めて生協の良さを再確認でき、第2子も加入しました。

【出雲支所の組合員より】

大田支所



「おももり」にと生協職員さんの勧めで加入しました。元気印の私でしたが、まさか! ?の事態が起きようとは!! 僅かな額でしたが、加入していて良かったです。窓口の電話対応も優しく気配りを感じ、後日送られて来た封筒の中の1羽の折り鶴にも感動しました。

【大田支所の組合員より】

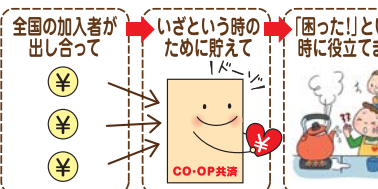
※実際のお支払いは共済金請求書ご提出後の判断となります。

CO・OP共済はココがちょっとちがいます。

① 組合員の皆さんとつくってきたコープ商品の一つです。



② みんなで少しずつ出し合って、いざという時に備えます。



③ 加入者が増えることで、保障内容がよくなりました。



※ご加入には一定の条件があります。詳しくはお問い合わせください。

事故や病気の時などに、互いにささえあうしくみです。

※詳しくは加入申込書付宣伝物をご覧ください。お問い合わせください。

【CO・OP共済ニュース】

【CO・OP共済に加入するには】 出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員になることが必要です。生活協同組合(生協)は、お店や宅配などでくらしに貢献しています。CO・OP共済は個人情報大切に、個人情報保護法を守ります。

契約引受団体

日本コープ共済生活協同組合連合会

CO・OP共済のお申し込みは



生活協同組合しまね
コープ共済センター

CO・OP共済専用



0120-50-9431

営業時間:9:00~18:00 月~土(祝日含む) ※年末年始はお休みとなります。

※お寄せいただいた個人情報は生協の商品、サービス、CO・OP共済のご案内に限り使用させていただきます。

K-86483-2501

Q1 人家族 よろしければお聞かせください。

ご本人 ・ 配偶者

子ども 人 ()才 ()才 ()才

その他 人 (父 ・ 母 ・ 祖父 ・ 祖母 ・)

Q2 気になる保障にチェックしてください。

- | | | |
|---|---------------------------------------|----------------------------------|
| ☐ 子どもの保障(0歳~高校生) | ☐ 生命保障 | ☐ ケガの保障 |
| ☐ がんの保障 | ☐ 医療保障(妊娠中を含む) | ☐ 賠償責任の保障 |
| ☐ 住宅(火災・家財)の保障 | ☐ 女性向けの保障 | |

Q3 (はい ・ いいえ)

組合員CD _____ お名前 _____ 班名 _____

コースCD _____ あらためての連絡可能時間 _____ 時頃

ご協力ありがとうございました。

CO・OP共済の
良さをもっと
知ってほしいのだ!

はじめまして! CO・OP共済です。

CO・OP共済キャラクター

コーすけ

アンケートご記入で
プレゼントが必ずもらえる!!

生協に新規ご加入の組合員へ

アンケートをご提出いただいた方へもれなく!

ボックスティッシュを
1箱プレゼント
いたします。

※プレゼントは予告なく変更する場合があります。
予めご了承ください。画像はイメージです。



保障に関するアンケートにご協力をお願いします

Q1 同居するご家族の人数を教えてください

Q2 気になる保障をお教えてください。
(右ページの回答枠にチェックしてください。)

- | | | |
|-----------------|---------------|----------|
| ①子どもの保障(0歳~高校生) | ②生命保障 | ③ケガの保障 |
| ④がんの保障 | ⑤医療保障(妊娠中を含む) | ⑥賠償責任の保障 |
| ⑦住宅(火災・家財)の保障 | ⑧女性向けの保障 | |

Q3 持病や服薬により、ご家族への保障を諦めたご経験はありますか?

アンケート
提出について

ご利用案内時に記入後、
担当者へご提出ください。

CO・OP共済のご加入者から寄せられた声(生協しまね組合員)

出雲支所



第2子を妊娠中に長男がケガをして通院してました。その時は何も考えてなかったのですが、後日に職員さんと話をしていた共済金のことを思い出しました。数ヶ月経っていたので心配していましたが、丁寧な対応で助かりました。改めて生協の良さを再確認でき、第2子も加入しました。

【出雲支所の組合員より】

大田支所



「おももり」にと生協職員さんの勧めで加入しました。元気印の私でしたが、まさか! ?の事態が起きようとは!! 僅かな額でしたが、加入していて良かったです。窓口の電話対応も優しく気配りを感じ、後日送られて来た封筒の中の1羽の折り鶴にも感動しました。

【大田支所の組合員より】

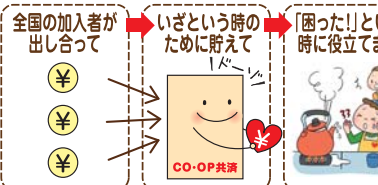
※実際のお支払いは共済金請求書ご提出後の判断となります。

CO・OP共済はココがちょっとちがいます。

① 組合員の皆さんとつくってきた
コープ商品の一つです。



② みんなで少しずつ出し合って、
いざという時に備えます。



③ 加入者が増えることで、保障内容が
よくなりました。



※ご加入には一定の条件があります。
詳しくはお問い合わせください。

事故や病気の時などに、互いにささえあうしくみです。

※詳しくは加入申込書付宣伝物をご覧ください。お問い合わせください。

【CO・OP共済ニュース】

【CO・OP共済に加入するには】 出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員になることが必要です。生活協同組合(生協)は、お店や宅配などでくらしに貢献しています。CO・OP共済は個人情報大切に、個人情報保護法を守ります。

契約引受団体

日本コープ共済生活協同組合連合会

CO・OP共済のお申し込みは



生活協同組合しまね
コープ共済センター

CO・OP共済専用



0120-50-9431

営業時間:9:00~18:00 月~土(祝日含む) ※年末年始はお休みとなります。

※お寄せいただいた個人情報は生協の商品、サービス、CO・OP共済のご案内に限り使用させていただきます。

K-86483-2501

Q1 人家族 よろしければお聞かせください。

ご本人 ・ 配偶者

子ども 人 ()才 ()才 ()才

その他 人 (父 ・ 母 ・ 祖父 ・ 祖母 ・)

Q2 気になる保障にチェックしてください。

- | | | |
|---|---------------------------------------|----------------------------------|
| ☐ 子どもの保障(0歳~高校生) | ☐ 生命保障 | ☐ ケガの保障 |
| ☐ がんの保障 | ☐ 医療保障(妊娠中を含む) | ☐ 賠償責任の保障 |
| ☐ 住宅(火災・家財)の保障 | ☐ 女性向けの保障 | |

Q3 (はい ・ いいえ)

組合員CD _____ お名前 _____ 班名 _____

コースCD _____ あらためての連絡可能時間 _____ 時頃

ご協力ありがとうございました。