

生活協同組合 ララコープ

お気に入りの商品を登録しませんか？

保存版

このチラシは
お手元に
保管して
ください

有効期間 2024年9/28(土)まで

利用
登録

いつもくん

■商品価格は、その週のカタログ掲載価格となります。
■商品パッケージ・量目・内容は、チラシ作成時の情報のため、変更になる場合があります。

おすすめ商品TOP 3



2位 コープ牛乳(産地指定)

くじゅう・日田で育んだ
才能を發揮し2位入賞!
感動的な味わいを
共有しましょう!

やくち さいあな
長崎東支所 矢口 ディアナ



1位 産直たまご(白)
10個(長崎県産)

鮮度が自慢のたまご
選手。黄身のおいし
さが勝因か!? 驚異の
力で金メダル獲得!

ふじはら すずか
佐世保北部支所 藤原 鈴果



3位 バナナ(フィリピン産)

3位なんて、そんなバナナ!!
何と言ってもあま〜い
のでオススメです♥

まつの ようへい
南部支所 松野 洋平



毎週 390003 蔵
COOP コープ牛乳
(産地指定) 268円
1000ml (税込289円)



毎週 390116 蔵
産直たまご(白)
10個(長崎県産) 278円
10個(MS~LL混) (税込300円)



毎週 391103
バナナ
(フィリピン産) 価格は
480g(3~5本) カタログを
ご確認ください

注文書で登録・変更

Webでの注文は裏表紙で!

新規登録

「注文番号記入欄」に商品の
登録番号と数量をご記入
ください。翌週から商品を
お届けします。

ずっと数量変更・取り直し

「注文番号記入欄」に商品の
登録番号と変更したい数量
を記入。提出された翌週から
変更した数量でお届けします。
数量に「0」を記入されると
翌週からお届けを中止します。

注文書 012-11-012 ST- LC午前003
生協 花子 様 110 ●●●●●●●● 提出日 月 日(月)

今回だけ数量を変更	希望する数量を記入。 2個なら「2」、今回だけ お休みなら「0」を記入。
今回だけお休みしたい	「すべて1回休みの」欄に 「0」と記入。

注文番号記入欄

2	3902211	0	3910003
---	---------	---	---------

いつもくんの
お届けは3種類

毎週 月1回
隔週 (A,C)週 (B,D)週

該当する週はカタログや
注文書に表記してあります

週の見方

000000	毎週	お届けします
毎週	月1回	お届けします
(A)週	(A)週	お届けします
(B)週	(B)週	お届けします
(C)週	(C)週	お届けします
(D)週	(D)週	お届けします
(A,C)週	(A,C)週	お届けします
(B,D)週	(B,D)週	お届けします

毎週、食品カタログ裏表紙に掲載中!

いつもくん 特典で さらに おトク!!

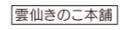
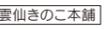
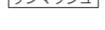
338円 (税込365円) 10円引

掲載内容は一例です

「いつもくん」に登録いただいている方が商品のお届けがある週に対象商品をご注文いただくとカタログ掲載価格からさらに値引きいたします。ぜひご注文ください!

カタログに掲載している商品は、異なるパッケージでお届けする場合があります。ご了承ください。

●農産品・お米は時期により価格が変動するため参考価格を表示していません。カタログ価格をご覧ください。

野菜・くだもの 産地表示のないものについては、 カタログの野菜ページの  マークを目印に、 産地・量目をご確認ください。											
 391103 バナナ (フィリピン産) 480g(3~5本)	  391136 フレンドリーバナナ (フィリピン産) 480g(4~6本)	 391151 甘熟王ゴールドプレミアム バナナ(フィリピン産) 550g(4~6本)	 391116 コーブの高原バナナ (フィリピン産) 600g(4~7本)	   391118 有機栽培バナナ (メキシコ産) 500g							
 391157 ミニとまと<アイコ> (長崎県産) 200g	 391214 とまと 400g(2~6玉) 時期により450gでお届けの場合あり	 391210 ミニとまと<アンジェレ> 200g	 391174 キャベツ 1玉	 391217 キャベツ<カット> 1/2玉	 391167 レタス 1玉						
  391213 リーフレタス<クイーン> (熊本県産) 1袋(55g)	 391170 ブロッコリー 1株	  391114 小松菜 (長崎県産) 150g	  391125 サラダ野菜セット (山口県産) 55g(3種)	  391127 小原(おばら)さんちの ベビーリーフ(熊本県産) 30g	  390667 サラダクラブ 千切りキャベツ 130g						
  390668 サラダクラブ ミックスサラダ 100g	  391192 ほうれん草(長崎県産) 150g	 391184 チンゲン菜 180g	  391206 水菜(長崎県産) 150g	 391188 にら 1束	  391110 小ねぎ(長崎県産) 50g						
  391102 きゅうり(長崎県産) 300g(3~4本)	 391169 人参<洗い> 300g(大小混)	 徳用人参<洗い> 700g(大小混) <table border="1"> <tr> <td>毎週</td> <td>391172</td> </tr> <tr> <td>A C 週</td> <td>391211</td> </tr> <tr> <td>B D 週</td> <td>391212</td> </tr> </table>	毎週	391172	A C 週	391211	B D 週	391212	  391140 なす(福岡県産) 2本	 391182 ピーマン 130g(3~5個)	 391201 たまねぎ 600g(大小混)
毎週	391172										
A C 週	391211										
B D 週	391212										
 391168 大葉 10枚	  391196 舞茸(長崎県産) 100g	  391120 ぶなしめじ(福岡県産) 180g	  391124 エリンギ(長崎県産) 100g	  391101 えのき茸(長崎県産) 100g×2袋							
 391138 こだわりアボカド (メキシコ産) 1玉	  391146 生椎茸<菌床栽培> (長崎県産) 1パック	 391143 生椎茸<原木栽培> (大分・熊本県産) 1パック	  391106 緑豆もやし (長崎県産) 200g	 							

天候や収穫量によって、産地や量目に若干の変更がある場合があります。

●毎週掲載されている商品はアレルギーの記載をしていません。カタログ「クリエ」をご確認ください。

練り製品・ 豆腐・ 納豆

 ちくわ 104g(4本) 毎週 390901 AC週 390910 BD週 390911	 かに風味かまぼこ (ハーフサイズ) 82g(5本)×2パック 毎週 390902 AC週 390903 BD週 390904	 かまぼこ(赤) 80g 毎週 390907 AC週 390908 BD週 390909	 とうふ家族 (国産大豆使用) 320g(4個) 390615 CO-OP 128円 (税込 138円)	 絹のとうふ (産地指定大豆) 150g×3個 390601 CO-OP 118円 (税込 127円)
 390625 九一庵食品協業組合 大豆の甘みひきたつ うまか絹ごし 300g 135円 (税込 145円)	 390626 九一庵食品協業組合 大豆の甘みひきたつ うまか木綿 300g 135円 (税込 145円)	 390608 絹ごしとうふ 300g×2個 146円 (税込 157円)	 390655 CO-OP 木綿とうふ 130g×3個 115円 (税込 124円)	 390656 CO-OP 絹ごしとうふ 130g×3個 115円 (税込 124円)
 390614 CO-OP だいずたっぷりとうふ (ポプさんグループの大豆) 200g×2個 145円 (税込 156円)	 390672 CO-OP 国産大豆 ひきわり納豆 納豆80g(40g×2個入)、 たれ2袋 128円 (税込 138円)	 390603 CO-OP 国産大豆中粒納豆 40g×3個 (たれ・からし付) 118円 (税込 127円)	 390602 CO-OP 国産小粒納豆 納豆120g(40g×3個)、 たれ3袋 128円 (税込 138円)	 390605 CO-OP 納豆 (甘口たれ付) 納豆160g(40g×4個入)、 たれ4袋 118円 (税込 127円)
 390676 CO-OP 九州産大豆 麦入り納豆(しそ昆布たれ付) 納豆120g(40g×3個入)、 たれ3袋 138円 (税込 149円)				



390631
CO-OP 味つけいなりあげ
4枚×2袋
(いなり16個分)
248円
(税込**267円**)

毎週 **390631**
AC週 **390632**
BD週 **390633**



390660
CO-OP 国産大豆使用
すしあげ
6枚入
128円
(税込**138円**)

卵・ 牛乳



390116
産直たまご(白)
10個(長崎県産)
10個(MS~LL混)
278円
(税込**300円**)



390115
産直たまご(桜)
10個(長崎県産)
10個(MS~LL混)
298円
(税込**321円**)

組合員さんの
信

牛乳大好きな息子が「この牛乳が一番おいしい」と言うので、いつもくん登録を増やしました。(Coopおうちの組合員さん)



390010
CO-OP 阿蘇山麓
2.0
1000ml
218円
(税込**235円**)



390035
CO-OP コープ牛乳
(キャップ式)
1000ml
278円
(税込**300円**)



390003
CO-OP コープ牛乳
(産地指定)
1000ml
268円
(税込**289円**)



390002
CO-OP コープ牛乳
1000ml
248円
(税込**267円**)



390014
CO-OP 低温殺菌
牛乳(阿蘇山麓)
1000ml
278円
(税込**300円**)



390026
九州乳業
みどり低脂肪
1000ml
158円
(税込**170円**)



390005
CO-OP コープ牛乳
(産地指定)
500ml
158円
(税込**170円**)



390006
CO-OP コープ牛乳
ミニ(産地指定)
200ml×6個
408円
(税込**440円**)



390011
CO-OP コープ
低脂肪牛乳
1.0%
1000ml
198円
(税込**213円**)



390012
CO-OP コープ
低脂肪牛乳
1.4%
1000ml
208円
(税込**224円**)



390001
CO-OP カル鉄
ライフ
1000ml
208円
(税込**224円**)



390016
雪印メグミルク
アカディ
おなかに
やさしく
900ml
258円
(税込**278円**)

教えて!
いつもくん
eアプリ

Q. eアプリでも「いつもくん」って登録や変更ができるの?

A. いつもくん登録商品は「注文内容の確認・修正」画面で簡単に変更することができます。その他、詳しい使い方は「いつもくんガイド」をご覧ください。(詳しくはこちら→)



3

●お届け時の商品価格は、その週のカタログ掲載価格となります。

<h2>ヨーグルト・乳製品</h2>		 <p>390209 チチヤス 毎朝快調 ヨーグルト 80g×8個 328円 (税込354円)</p>	 <p>390230 チチヤス 毎朝快調ヨーグルト 低糖質 80g×8個 328円 (税込354円)</p>	 <p>390207 co-op ヨーグルトe 75g×6個 248円 (税込267円)</p>	 <p>390214 co-op ヨーグルトe (ブルーベリー味) 75g×6個 248円 (税込267円)</p>	 <p>390231 co-op 脂肪0(ゼロ) ヨーグルト 75g×6個 248円 (税込267円)</p>		
		 <p>390221 co-op プレーンヨーグルト 生乳100% 450g 218円 (税込235円)</p>	 <p>390202 co-op プレーンヨーグルト 470g 188円 (税込203円)</p>	 <p>390206 co-op プレーンヨーグルト ビフィズス 400g 188円 (税込203円)</p>	 <p>390203 co-op プレーンヨーグルト 脂肪0(ゼロ) 450g 168円 (税込181円)</p>	 <p>390208 co-op 甘さすっきり 生乳ヨーグルト 450g 228円 (税込246円)</p>	 <p>390201 co-op フルーツ ヨーグルト 450g 298円 (税込321円)</p>	
 <p>390226 ダノンジャパン ダノンヨーグルト (プレーン・やさしい甘み) 80g×6個 228円 (税込246円)</p>	 <p>390228 球磨酪農農業協同組合 球磨の恵みヨーグルト (砂糖不使用) 1000g 648円 (税込699円)</p>	 <p>390227 加糖 球磨酪農農業協同組合 球磨の恵みヨーグルト 1000g 648円 (税込699円)</p>	<h3>毎日手軽に続けられる♪</h3>			 <p>390211 明治 R-1 ドリンクタイプ 112g 145円 (税込156円)</p>	 <p>390220 明治 R-1 ドリンクタイプ 低糖・低カロリー 112g 145円 (税込156円)</p>	 <p>390219 明治 ヨーグルト R-1 112g 145円 (税込156円)</p>
 <p>390205 日本ルナ パナヨーグルト (生クリーム入り) 100g×6個 398円 (税込429円)</p>	 <p>390222 co-op アロエヨーグルト 80g×6個 358円 (税込386円)</p>	 <p>390212 co-op すくすくこども 乳酸菌 65ml×10本 198円 (税込213円)</p>	 <p>390223 明治 R-1 ドリンクタイプ (ケース) 112g×12本 1,680円 (税込1,814円)</p>	 <p>390224 明治 R-1 ドリンクタイプ 低糖・低カロリー (ケース) 112g×12本 1,680円 (税込1,814円)</p>	 <p>390210 明治 プロビオヨーグルト LG21 112g 145円 (税込156円)</p>			
 <p>390229 co-op プリン 70g×3個 118円 (税込127円)</p>	 <p>390200 co-op のむ ヨーグルト 900g 298円 (税込321円)</p>	 <p>390217 大山乳業 白パラ コーヒー 1L 268円 (税込289円)</p>	 <p>391000 co-op スライスチーズ 112g(7枚) 228円 (税込246円)</p>	 <p>391001 co-op とろける スライスチーズ 112g(7枚) 228円 (税込246円)</p>	 <p>390218 co-op ミックスチーズ 150g 398円 (税込429円)</p>	 <p>390225 co-op 鉄分とカルシウムがとれる キャンディーチーズ 120g 308円 (税込332円)</p>		
<h2>パン</h2>		 <p>390402 co-op スライス食パン 6枚 138円 (税込149円)</p>	 <p>390401 co-op 6枚切食パン 6枚 188円 (税込203円)</p>	 <p>390400 co-op 5枚切食パン 5枚 188円 (税込203円)</p>	 <p>390406 co-op ボブさんの小麦食パン (生クリーム入り) 6枚 218円 (税込235円)</p>	 <p>390411 co-op 食パン (ブロック) 1.5斤 278円 (税込300円)</p>		
 <p>390404 co-op バターロール 6個 188円 (税込203円)</p>	 <p>390407 co-op レーズンバターロール 5個 188円 (税込203円)</p>	 <p>391829 co-op モーニングクロワッサン 8個 460円 (税込496円)</p>	 <p>391832 co-op バターが薫る ふんわりクロワッサン 10個 698円 (税込753円)</p>	<p>凍 離乳食づくりに</p>  <p>ナカシシ冷食 バランスキューブ (黄・緑) 280g(140g(12粒)×2種) 398円 (税込429円)</p> <p>凍</p>  <p>ナカシシ冷食 バランスキューブ (赤・白) 280g(140g(12粒)×2種) 398円 (税込429円)</p>				
		<p>AC 週 390681</p> <p>BD 週 390682</p>			<p>AC 週 390679</p> <p>BD 週 390680</p>			

4 **教えて! いつもくん 注文書編**

Q. 来週「いつもくん」をお休みしたい場合は、どのようにしたらいいですか?

A.  注文書の「いつもくん注文欄」の「変更数」欄に「0」と記入すれば次回の配達をお休みできます。また、次回注文だけ数量を変更したい時も「変更数」欄に変更したい数量を記入してください。

●毎週掲載されている商品はアレルギーの記載をしていません。カタログ「クリエ」をご確認ください。

<h3>お肉・お魚・加工品</h3>	 <p>マルイ食品 南国元気鶏若鶏もも肉(鹿児島県産) 391415 558円 (税込602円) 400g(2枚)</p> <p>391414 338円 (税込365円) 200g(1枚)</p>	 <p>391412 580円 (税込626円) 380g 長崎県養鶏農協 若鶏モモ肉切身(長崎県産)</p>	 <p>391425 438円 (税込473円) 500g(2枚) マルイ食品 南国元気鶏若鶏むね肉(鹿児島県産)</p>	 <p>391428 458円 (税込494円) 250g 全農ミートフーズ 大西海豚小間切れ(長崎県産)</p> <p>391427 358円 (税込386円) 180g</p>	 <p>391437 498円 (税込537円) 320g 全農ミートフーズ 大西海豚小間切れ(長崎県産)</p> <p>391438 378円 (税込408円) 200g</p>
	 <p>391443 620円 (税込669円) 500g マルイ食品 南国元気鶏若鶏ミンチ(鹿児島県産) ※写真は500gです</p> <p>391442 420円 (税込453円) 300g</p>	 <p>391441 520円 (税込561円) 500g マルイ食品 南国元気鶏若鶏ムネミンチ(鹿児島県産) ※写真は500gです</p> <p>391440 420円 (税込453円) 370g</p>	 <p>391439 438円 (税込473円) 300g 全農ミートフーズ 豚ミンチ(国産)</p>	 <p>391406 628円 (税込678円) 300g 全農ミートフーズ 牛豚合挽ミンチ7:3(国産)</p>	 <p>391401 278円 (税込300円) 115g(標準7本) エッセンポーク(九州産豚肉使用)</p>
 <p>391400 328円 (税込354円) 36g(標準4枚)×3 CO-OP ハーフベーコン 使い切りパック</p>	 <p>391404 218円 (税込235円) 80g(標準6枚入) CO-OP ロースハム</p>	 <p>228円 (税込246円) 60g(6個)×3袋 CO-OP お弁当 照焼ミートボール(九州産鶏肉・国産たまねぎ使用)</p> <p>毎週 390643 A C 週 390644 B D 週 390645</p>	 <p>558円 (税込602円) 3枚(270g) 骨取りさば フィーレ(らす塩味)</p> <p>毎週 391609 A C 週 391610 B D 週 391611</p>	 <p>558円 (税込602円) 3枚(320g) 淡塩味さば フィーレ</p> <p>毎週 391600 A C 週 391601 B D 週 391602</p>	 <p>448円 (税込483円) 5切(90g) オーニシ 骨とりサーモン 切身(甘塩味)</p>
 <p>398円 (税込429円) 120g(40g×3入り) 福岡丸福水産 昔ながらのしょっぱい秋鮭</p> <p>毎週 391603 A C 週 391604 B D 週 391605</p>	 <p>398円 (税込429円) 30g×2 CO-OP 愛媛県産 釜あげしらす</p> <p>毎週 391612 A C 週 391613 B D 週 391614</p>	 <p>428円 (税込462円) 100g CO-OP CO-OP&鮮鼓堂 パクッと食べられる辛子明太子</p> <p>毎週 391606 A C 週 391607 B D 週 391608</p>	 <p>278円 (税込300円) 40g×4個 CO-OP 三陸産 細切りめかぶ(たれ付)</p> <p>毎週 391619 A C 週 391620 B D 週 391621</p>	 <p>228円 (税込246円) 80g×3個 CO-OP 伊平屋村産 味付太もすく</p> <p>毎週 391615 A C 週 391617 B D 週 391618</p>	 <p>328円 (税込354円) 100g×2袋 CO-OP ごぼう サラダ</p> <p>毎週 390640 A C 週 390641 B D 週 390642</p>
 <p>188円 (税込203円) 105g CO-OP しそ昆布</p> <p>毎週 390646 A C 週 390647 B D 週 390648</p>	 <p>284円 (税込306円) 370g CO-OP 和風キムチ</p>	 <p>348円 (税込375円) 360g(12個×2パック)・たれ2袋 CO-OP ファミリータイプ 肉ぎょうざ</p> <p>毎週 390634 A C 週 390635 B D 週 390636</p>	 <p>488円 (税込527円) 586g(めん160g×2食、具・スープ付) CO-OP ちゃんぼん(具付)</p> <p>390670</p>	<h2>ドリンク・お茶・コーヒーなど</h2>	
 <p>128円 (税込138円) 1ℓ CO-OP アイスコーヒー 無糖</p> <p>392015</p>	 <p>128円 (税込138円) 1ℓ CO-OP アイスコーヒー 甘さひかえめ</p> <p>392014</p>	 <p>215円 (税込232円) 1ℓ ふくれん九州産大豆成分無調整豆乳</p> <p>392031</p>	 <p>220円 (税込237円) 900ml めいらく豆腐もできます有機豆乳</p> <p>392079</p>	 <p>238円 (税込257円) 1ℓ ふくれん まるごと大豆飲料 大豆スムージー</p> <p>毎週 392067 A 週 392068 A C 週 392069 B D 週 392070</p>	 <p>2740円 (税込2959円) 2.5g×60包×1 毎月A週にお届けします プリセット 麦若葉青汁B わくわく定期便</p> <p>392008 2箱 4,880円 (税込5,270円) 2.5g×60包×2</p> <p>391722 1箱 2,740円 (税込2,959円) 2.5g×60包×1</p> <p>◎乳</p>
 <p>285円 (税込307円) 1ℓ CO-OP チルド オレンジジュース</p> <p>392005</p>	 <p>198円 (税込213円) 1ℓ CO-OP チルド アップルジュース</p> <p>392004</p>	 <p>185円 (税込199円) 1ℓ CO-OP 野菜・果実 ジュース</p> <p>392007</p>	 <p>1,190円 (税込1,285円) 1ℓ りんご酢(濃縮タイプ)</p> <p>毎週 392033 A C 週 392034 B D 週 392035</p>	 <p>710円 (税込766円) 125ml×12本 CO-OP 鹿児島黒酢ドリンク</p> <p>毎週 392036 A 週 392037 A C 週 392038 B D 週 392039</p>	<p>カタログ掲載価格が得価の場合は分包装を追加、1包装あたりの価格が最もお得になります。</p>

Q. 登録している商品の、注文数を増やしたり減らしたりは、どうすればいいですか?
A. いつもくんの登録内容自体を変更したいときは、このカタログに掲載されている6桁の登録番号とご希望の数量を注文書の注文番号記入欄に記入してください。

●20歳未満の方には酒類の販売はしていません。

パッケージ変更により、カタログと異なる場合があります。ご了承ください。

「酒類」は、消費税率10%です。

<p>392026 CO-OP トマトジュース 食塩無添加 900g 238円 (税込257円)</p>	<p>392029 CO-OP 野菜ジュース 食塩無添加 900g 245円 (税込264円) ⑦7品目無</p>	<p>392028 CO-OP 彩果菜園 フルーティーアップル (一食分の野菜) 1ℓ 298円 (税込321円) ⑦7品目無</p>	<p>392027 CO-OP ミックスキャロット 1ℓ 338円 (税込365円) ⑦7品目無</p>	<p>CO-OP ミックスキャロット 125ml×12本 1,010円 (税込1,090円) 毎週 392041 A週 392044 B週 392045</p>	<p>CO-OP ミックスキャロット 200ml×12本 1,198円 (税込1,293円) 毎週 392040 A週 392042 B週 392043</p>	<p>392025 CO-OP 野菜がおいしい1日分 200ml 88円 (税込95円) ⑦7品目無</p>
<p>392051 CO-OP りんごカル 125ml 85円 (税込91円) ⑦7品目無</p>	<p>CO-OP おいしい水(志布志) 2ℓ×6本 598円 (税込645円) 毎週 392000 A週 392001 B週 392002</p>	<p>CO-OP おいしい水(志布志) 555ml×24本 1,460円 (税込1,576円) A週 392083</p>	<p>392024 CO-OP ミネラルウォーター あずみ野の水 2ℓ×6本 648円 (税込699円) ⑦7品目無</p>	<p>392081 CO-OP 四季が育てた水 2ℓ×6本 530円 (税込572円) ⑦7品目無</p>	<p>「トクホ」のお茶 体脂肪を減らすのを助ける</p> <p>392030 サントリー 伊右衛門特茶 500ml 170円 (税込183円) ⑦7品目無</p> <p>392017 サントリー 伊右衛門特茶 1ℓ 338円 (税込365円) ⑦7品目無</p>	
<p>392020 CO-OP ただの炭酸水(天然水使用) 500ml×6本 520円 (税込561円) ⑦7品目無</p>	<p>CO-OP ただの炭酸水(天然水使用) 500ml×24本 2,050円 (税込2,214円) A週 392085</p>	<p>392003 CO-OP 抹茶入り玄米茶 200g 275円 (税込297円) ⑦7品目無</p>	<p>CO-OP 緑茶 2ℓ×6本 815円 (税込880円) 毎週 392009 A週 392010 B週 392011</p>	<p>CO-OP 黒烏龍茶 1050ml 398円 (税込429円) ⑦7品目無</p>	<p>392019 サントリー 胡麻麦茶 1050ml 428円 (税込462円) ⑦7品目無</p>	
<p>392080 CO-OP 麦茶 (国産六条大麦使用) 2ℓ×6本 938円 (税込1,013円)</p>	<p>392016 CO-OP 大山南麓の水 1.1kg 188円 (税込203円) ⑦7品目無</p>	<p>CO-OP モカブレンド 280g(粉) 498円 (税込537円) ⑦7品目無 毎週 392047 A週 392055 A週 392056 B週 392057</p>	<p>CO-OP キリマンジャロブレンド 280g(粉) 498円 (税込537円) ⑦7品目無 毎週 392048 A週 392058 A週 392059 B週 392060</p>	<p>392082 CO-OP 有機栽培フェアトレードコーヒーグアテマラブレンド 170g(粉) 650円 (税込702円) ⑦7品目無</p>	<p>CO-OP コーヒーバッグ オリジナルブレンド 320g(8g×40袋)(粉) 1,100円 (税込1,188円) ⑦7品目無 毎週 392075 A週 392076 A週 392077 B週 392078</p>	

お酒

<p>アルコール分7%【リキュール】 392223 サントリースピリッツ 角ハイボール 350ml×6 1,108円 (税込1,218円)</p>	<p>アルコール分25%【焼酎】 CO-OP 薩摩焼酎 黄金桜黒 (こがねおうこく) 乙類1.8ℓ 1,480円 (税込1,628円) 毎週 392232 A週 392233 A週 392234 B週 392235</p>	<p>アルコール分5%【ビール】 392217 アサヒ スーパードライ 350ml×6 1,106円 (税込1,216円)</p>	<p>アルコール分5%【ビール】 392222 キリン 一番搾り(生) 350ml×6 1,106円 (税込1,216円)</p>	<p>アルコール分5%【発泡酒】 392216 アサヒ クリアアサヒ 350ml×6 830円 (税込913円)</p>
<p>アルコール分5%【その他の醸造酒】 392220 キリン のどごし(生) 350ml×6 826円 (税込908円)</p>	<p>アルコール分5.5%【発泡酒】 392218 キリン 淡麗極上(生) 350ml×24 3,365円 (税込3,701円) 毎週 392209 A週 392210 B週 392211</p>	<p>アルコール分4.5%【発泡酒】 392219 キリン 淡麗グリーンラベル 350ml×6 845円 (税込929円)</p>	<p>アルコール分5%【発泡酒】 392215 CO-OP CO-OP&サントリー金麦 350ml×24 3,290円 (税込3,619円) 毎週 392203 A週 392204 B週 392205</p>	<p>アルコール分5%【発泡酒】 392212 CO-OP CO-OP&サントリー金麦 350ml×6 823円 (税込905円) 毎週 392212 A週 392213 B週 392214</p>

調味料・乾物など

<p>アルコール分4%【発泡酒】 392221 CO-OP CO-OP&サントリー金麦 糖質75%オフ 350ml×6 823円 (税込905円) 毎週 392236 A週 392237 A週 392238 B週 392239</p>	<p>CO-OP 料理用白だし 1ℓ 428円 (税込462円) A週 391724</p>	<p>CO-OP あわせみそマイルド 750g(カップ容器) 338円 (税込365円) 毎週 391700 A週 391701 A週 391702 B週 391703</p>	<p>CO-OP あわせみそマイルド減塩 750g 338円 (税込365円)</p>	<p>CO-OP 米麦 あわせみそ 1kg 338円 (税込365円) A週 391723</p>
--	--	---	--	---

教えて! いつもくん

Q. 隔週や月1回のA週、B週ってどこで確認するの?

A.

カタログ「クリエ」の表紙や注文書に○月○週A週と記載されています。A週からD週の4週サイクルとなっているのでご注意ください!

●お届け時の商品価格は、その週のカタログ掲載価格となります。

「雑貨」は、消費税率10%です。

<p>レトルト</p> <p>CO-OP ふかひれ スープ 200g(4人前) 268円 (税込289円)</p> <p>毎週 391704</p> <p>A週 391705</p> <p>B/D週 391706</p>	<p>8袋</p> <p>CO-OP 三陸産 わかめスープ (岩手・宮城県産わかめ使用) 8袋 378円 (税込408円)</p> <p>毎週 391707</p> <p>A週 391708</p> <p>B/D週 391709</p>	<p>5袋 フリーズドライ</p> <p>CO-OP たまご スープ 7g×5袋 338円 (税込365円)</p> <p>毎週 391710</p> <p>A週 391711</p> <p>B/D週 391712</p>	<p>CO-OP すりごま (二度焙煎) 85g 208円 (税込224円)</p> <p>毎週 391902</p> <p>A週 391903</p> <p>A/C週 391904</p> <p>B/D週 391905</p>	<p>CO-OP 和風 ドレッシング 300ml 318円 (税込343円)</p> <p>毎週 391718</p> <p>A/C週 391719</p> <p>B/D週 391720</p>	<p>CO-OP オリーブ オイル 400g 958円 (税込1,034円)</p> <p>毎週 391721</p>	<p>CO-OP 一番搾り キャノーラ油 1kg 515円 (税込556円)</p> <p>毎週 391725</p>
<p>CO-OP トマト ケチャップ 500g 168円 (税込181円)</p> <p>毎週 391727</p>	<p>CO-OP マヨネーズ (全卵タイプ) 400g 298円 (税込321円)</p> <p>毎週 391726</p>	<p>CO-OP コープヌードル しょうゆ 71g(めん62g) 148円 (税込159円)</p> <p>毎週 391803</p>	<p>CO-OP コープヌードル シーフード 72g(めん60g) 148円 (税込159円)</p> <p>毎週 391804</p>	<p>CO-OP コーンフレーク フロスト 230g 278円 (税込300円)</p> <p>毎週 391826</p>	<p>レトルト</p> <p>CO-OP おいしい ご飯 (山形県産 はえぬき使用) 200g×3食 338円 (税込365円)</p> <p>毎週 391810</p> <p>A週 391811</p> <p>A/C週 391812</p> <p>B/D週 391813</p>	<p>レトルト</p> <p>CO-OP おいしい 赤飯 160g×3食 368円 (税込397円)</p> <p>毎週 391814</p> <p>A週 391815</p> <p>A/C週 391816</p> <p>B/D週 391817</p>

<p>レトルト</p> <p>CO-OP ほくほく お豆の 玄米ごはん 150g 210円 (税込226円)</p> <p>毎週 391824</p> <p>A週 391830</p> <p>B/D週 391831</p>	<p>蔵</p> <p>蜂の家 カレー (中辛) 200g×2個入 520円 (税込561円)</p> <p>毎週 390674</p> <p>B/D週 390675</p>	<p>お米</p>	<p>島原食糧販売 産直米 ながさきにこまる 5kg 392792円 (税込421.56円)</p> <p>毎週 392792</p> <p>A/C週 392793</p> <p>B/D週 392794</p>	<p>島原食糧販売 産直米 ながさきにこまる 2kg 392857円 (税込412.02円)</p> <p>毎週 392857</p>	<p>島原食糧販売 産直米 ながさきにこまる 5kg 392858円 (税込412.02円)</p> <p>毎週 392858</p>
<p>CO-OP 味付のり 板のり8枚 (10切80枚) 498円 (税込537円)</p> <p>毎週 391906</p> <p>A週 391907</p> <p>A/C週 391900</p> <p>B/D週 391901</p>	<p>CO-OP 鮭フレーク 55g×2 438円 (税込473円)</p> <p>毎週 391800</p> <p>A/C週 391801</p> <p>B/D週 391802</p>	<p>全農パールライス 産直米 吉岐つや姫 5kg 392851円 (税込412.02円)</p> <p>毎週 392851</p> <p>A週 392852</p> <p>B週 392853</p> <p>C週 392854</p> <p>D週 392855</p>	<p>全農パールライス 産直米 長崎県 小値賀産 こしひかり 5kg 392795円 (税込412.02円)</p> <p>毎週 392795</p> <p>A/C週 392796</p> <p>B/D週 392797</p>	<p>全農パールライス 産直米 長崎県 小値賀産 きらら 5kg 392798円 (税込412.02円)</p> <p>毎週 392798</p> <p>A/C週 392803</p> <p>B/D週 392804</p>	

雑貨

切らずと困る生活雑貨も **いつもくん** 雑貨は4週に1回 **A週**

<p>ノンアルコール 無香料</p> <p>CO-OP 赤ちゃんのおしりふき 80枚入×3パック 278円 (税込305円)</p> <p>毎週 392401</p>	<p>医薬部外品</p> <p>サンスター 薬用ハミガキ ソルテージⅢ スパイシーミントタイプ 85g 980円 (税込1,078円)</p> <p>毎週 392423</p>	<p>表・裏 デコボコ加工</p> <p>CO-OP キッチンタオル 120カット×4ロール 378円 (税込415円)</p> <p>毎週 392400</p>	<p>CO-OP やわらか ワンタッチ コアノン (シングル130m) 1袋(6ロール) 498円 (税込547円)</p> <p>毎週 392404</p>	<p>CO-OP やわらか ワンタッチ コアノン (ダブル65m) 1袋(6ロール) 498円 (税込547円)</p> <p>毎週 392405</p>
--	---	--	--	--

<p>箱なし ティッシュ</p> <p>CO-OP グリーンキーパー コンパクト 1袋(180組×6パック) 468円 (税込514円)</p> <p>毎週 392403</p>	<p>衣料用洗剤 濃縮液体</p> <p>CO-OP セフター-エナジー 抗菌・防臭 つめかえ 1000g 698円 (税込767円)</p> <p>毎週 392406</p>	<p>衣料用洗剤 濃縮液体</p> <p>CO-OP セフター-エナジー 強力洗浄 つめかえ 1000g 698円 (税込767円)</p> <p>毎週 392407</p>	<p>衣料用洗剤 液体</p> <p>CO-OP 液体セフター 抗菌プラス つめかえ 1500g 498円 (税込547円)</p> <p>毎週 392408</p>	<p>衣料用洗剤 粉末</p> <p>CO-OP セフター-E 簡易パック 900g 368円 (税込404円)</p> <p>毎週 392409</p>
--	---	--	--	--

<p>紙刃</p> <p>CO-OP ティッシュ 200組×5箱組 358円 (税込393円)</p> <p>毎週 392402</p>	<p>紙刃</p> <p>CO-OP くっつかないホイル 25cm×10m 348円 (税込382円)</p> <p>毎週 392411</p>	<p>植物由来の プラスチック刃</p> <p>CO-OP 電子レンジにも 強いラップ レギュラー 30cm×50m 378円 (税込415円)</p> <p>毎週 392412</p>	<p>植物由来の プラスチック刃</p> <p>CO-OP 電子レンジにも 強いラップ ミニ 22cm×50m 328円 (税込360円)</p> <p>毎週 392413</p>	<p>植物由来の プラスチック刃</p> <p>CO-OP 電子レンジにも 強いラップ 小鉢用 15cm×50m 278円 (税込305円)</p> <p>毎週 392414</p>
---	---	--	---	--

教えて! いつもくん Q. 「いつもくん」で登録している商品の価格ってどうなっているの? A. 注文された週のカタログ「クリエ」に掲載されている価格と同じです。「クリエ」がお買い得のときは同じ価格でお届けします。※「麦若葉 青汁B わくわく定期便」は除く

交換制 レンタル モップ

毎月新しい交換用モップをお届けします！

お願い

ご使用後のモップは
お届け時の専用袋に入れて
次回モップをお届け時に

必ずご返却ください。

チェック
ツール袋



モップは4週に1回 A週 の配達時に交換します。

初回はハンドル付きで、
2回目以降は交換用モップのみ
お届けします。

「モップ」の有効期間内のA週は下記になります

000号 (A週)	5月4週 5/20(月)~5/24(金)	6月3週 6/17(月)~6/21(金)
A週はカタログ「クリエ」の表紙でご確認ください	7月3週 7/15(月)~7/19(金)	8月2週 8/12(月)~8/16(金)

《お休みも可能です。その際も古いモップは返却が必要です。》

3つの便利ポイント

- ちょっと気づいたとき**
サッと使えます！
- ホコリや音を立てず**
静かに掃除できます！
- コープの配達と一緒に**
4週に1回お届けします
※その際ご使用後のモップは必ずご返却ください。

お支払いはコープの商品代金と同じタイミング

消費税率についてのお知らせ | 「雑貨」は、消費税率10%です。

「掃く」「拭く」が
これ1本でOK!

少し大きめサイズのモップ
しっかりお掃除したい方に
オススメ!



A週 392551

スリムモップ

4週間の
使用料金 **780円**
(税込858円)

※収納ケースはありません

初回はハンドル付きで、2回目以降は交換用モップのみお届けします。

全重量: 約515g

●サイズ/モップ: 約50×22cm、柄: 長さ約126cm ●モップ重量/約200g
●材質/モップ: 綿100%、ハンドル(ヘッド): ポリアセタール樹脂、(パイプ): アルミ

約80gの軽量モップ

軽くてスリムだから、
手軽に使えて大活躍!

房ボリュームアップ!
立体縫製でさらに
ホコリが取れる



細かいチリまで絡め取る
マイクロファイバー使用

A週 392550

マイクロフロアモップ

4週間の
使用料金 **776円**
(税込853円)

マイクロフロアモップ専用
収納ケース付き

●サイズ/モップ: 約38×15cm、柄: 長さ約74cm(最短)~約119cm(最長) ●モップ重量/約80g
●材質/モップ: ポリエステル85%・ナイロン15%、ハンドル(ヘッド): ABS樹脂・ポリアセタール樹脂、(パイプ): アルミ

狭いすき間にも
スイスイ入ります!

高いところも
ラクラク
お掃除♪

便利なハンディータイプ

テレビ周りや車内など
手元のお掃除に!



A週 392552

ハンディーモップ

4週間の
使用料金 **569円**
(税込625円)

※収納ケースはありません

初回はハンドル付きで、2回目以降は交換用モップのみお届けします。

全重量: 約152g

●サイズ/モップ: 約33×18cm、柄: 長さ約31.5cm ●モップ重量/約90g
●材質/モップ: 綿100%、ハンドル: ポリプロピレン樹脂

初回はハンドル付きで、2回目以降は交換用モップのみお届けします。

いつでもどこでも
スマートフォンでさらに
便利に



eフレンズ九州の
お買い物ページから
いつもくんを
タップ!

チラシがなくても安心
お手元に保存版がなくても
いつでも確認できます。

※写真はイメージです。

操作手順を動画で
わかりやすくご案内



動画は
こちらから



新しく商品を
登録する場合



eフレンズ九州なら
新規登録や
追加登録が簡単!

eフレンズ九州の
会員登録はこちら



思い立った時にいつでも登録・変更

ずっと
数量変更

すでに登録している商品の注文数を
これからずっと変更したい場合や
登録を解除したい時はこちらから。

今週だけ
数量変更

今週だけお届け数量を変更したい
場合やお休みはこちらから。

お届け週の確認はこちらで

A週・B週・C週・D週のお届け週が確認できます。

お問い合わせ

生活協同組合ララコープ

受付時間
月曜～金曜9:00～18:00 土曜9:00～13:00
長崎県外からはつながりません。予めご了承ください。

●北部支所: 0120-976-931
●南部支所: 0120-976-935
●島原支所: 0120-928-416
●佐世保北部支所: 0120-928-419

●長崎西支所: 0120-976-932
●諫早支所: 0120-928-414
●五島支所: 0120-928-417

●長崎東支所: 0120-976-934
●大村支所: 0120-928-415
●佐世保南部支所: 0120-928-418