

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？

利用
登録

いつもくん

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 2025年 5/17(土)まで

■商品価格は、その週のカatalog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。スタッフの
おすすめ商品

1 こんなことないですか？

毎週注文する
商品を忘れたり...

ある日のこと

注文書に毎週
同じ商品を書く
のが面倒で...

2

「いつもくん」に登録すると毎週
注文書を書く手間も、
注文忘れもないし、
定期的に届くので
便利です！

3

買い忘れもないし
注文もラクになったし
聞いてよかった！目覚めの一杯に最適!!
おいしさ飲みやすさが
人気です。なかむら ともひろ
佐世保北部支所 中村 智広

390003 蔵

co-op コーブ牛乳
(産地指定)
1000ml268円
(税込289円)

390010 蔵

co-op 阿蘇山麓
2.0
1000ml 218円
(税込235円)朝からグビグビ飲みやすい
成分調整牛乳です！一家に
1本あれば何かと助かり
ますね！ぜひあなたのご自宅にも！佐世保北部支所
あらかわ たいち
荒河 太地

391103

バナナ
(フィリピン産)
480g
(3~5本)朝食や小腹が空いた時に
ピッタリ！毎日食べて
元気モリモリです！佐世保北部支所
ふじはら なおき
藤原 尚輝

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・取り消し

「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。

10月1週目 注文書 012-11-012 ST- LC 午前 003

生協 花子 様 11 03 449201503102 1016117893 001 001 *

110 ●●●●●●●● 提出日 月 日 (月) 商品お届け日 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

39022111

39100003

いつもくんの
お届けは3種類

毎週 月1回

隔週 (A) 週 (B) 週

該当する週はカatalog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 月に1回 A~D週の
いずれかにお届けします

A 週 B 週 C 週 D 週

A 週・C 週 または B 週・D 週

隔週でお届けします

毎週、食品カatalog裏表紙に掲載中！

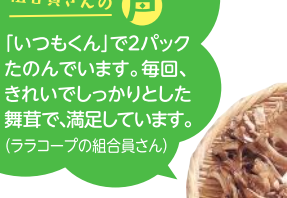
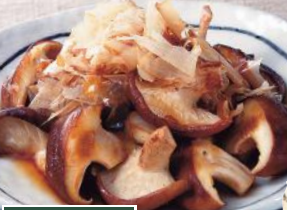
いつもくん 特典で
さらに
おトク!!

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atalog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atalog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)	 海外 園地 指定 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 コープの高原バナナ (フィリピン産) 600g(4~7本)	 海外 園地 指定 JAS 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
	 ベジタブル・ユー 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	 田中農園 391114 小松菜 (長崎県産) 150g	 アグリセゾン 季節や作況により内容が 変わる場合があります 391125 サラダ野菜セット (山口県産) 55g(3種)	 ベジタブル・ユー 391127 小原(おばら)さんちの ベビーリーフ(熊本県産) 30g	 蔵 390667 サラダクラブ 千切りキャベツ 120g
	 蔵 390668 サラダクラブ ミックスサラダ 100g	 田中農園 391192 ほうれん草(長崎県産) 150g	 391184 チンゲン菜 180g	 田中農園 391206 水菜(長崎県産) 150g	 391188 にら 1束	 ながさき南部 生産組合 391110 小ねぎ(長崎県産) 50g
	 JA 長崎県央飯盛 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(太小混) 毎 週 391172 A C 週 391211 B D 週 391212	 JA全農ふくれん 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)
	 391168 大葉 10枚	 組合員さんの 「いつもくん」で2パック たのんでいます。毎回、 きれいでしっかりとした 舞茸で、満足しています。 (ララコープの組合員さん) 391196 舞茸(長崎県産) 100g	 雲仙きのこ本舗 391120 ぶなしめじ(福岡県産) 180g	 JA福岡大城 391124 エリンギ(長崎県産) 100g	 雲仙きのこ本舗 391101 えのき茸(長崎県産) 100g×2袋	
 391138 こだわリアボカド (メキシコ産) 1玉	 サンマッシュ 391146 生椎茸<菌床栽培> (長崎県産) 1パック	 大きさにバラツキがあります 391143 生椎茸<原木栽培> (大分・熊本県産) 1パック	 長萌産業 蔵 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

蔵

co-op ちくわ

104g(4本)

118円

(税込 127円)

毎週

390901

A C

週

390910

B D

週

390911

蔵

かに風味 かまぼこ (ハーフサイズ)

82g(5本)×2パック (税込 354円)

328円

毎週

390902

A C

週

390903

B D

週

390904

蔵

co-op かまぼこ (赤)

80g

158円

(税込 170円)

毎週

390907

A C

週

390908

B D

週

390909

蔵

390615

co-op とろろ家族 (国産大豆使用)

320g(4個)

128円

(税込 138円)

蔵

390601

co-op 絹のとうふ (産地指定大豆)

150g×3個

128円

(税込 138円)

蔵

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)

蔵

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)

蔵

390608

co-op 絹ごしとうふ

300g×2個

146円

(税込 157円)

蔵

390655

co-op 木綿とうふ (ポプさんグループの大豆)

130g×3個

138円

(税込 149円)

蔵

390656

co-op 絹ごしとうふ (ポプさんグループの大豆)

130g×3個

138円

(税込 149円)

蔵

390614

co-op だいたつぷりとうふ (ポプさんグループの大豆)

200g×2個

148円

(税込 159円)

蔵

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)

蔵

390603

co-op 国産大豆中粒納豆

40g×3個 (たれ・からし付)

128円

(税込 138円)

蔵

390602

co-op 国産小粒納豆

納豆120g(40g×3個)、たれ3袋

138円

(税込 149円)

蔵

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)

蔵

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)

蔵

390116

産直たまご (白)

10個 (長崎県産)

278円

(税込 300円)

蔵

390115

産直たまご (桜)

10個 (長崎県産)

298円

(税込 321円)

蔵

390101

6個産直たまご (白)

(長崎県産)

6個 (MS~LL混)

188円

(税込 203円)

蔵

390100

6個産直たまご (桜)

(長崎県産)

6個 (MS~LL混)

198円

(税込 213円)

蔵

390003

co-op コープ牛乳 (産地指定)

1000ml

268円

(税込 289円)

蔵

390010

co-op 阿蘇山麓 2.0

1000ml

218円

(税込 235円)

蔵

390035

co-op コープ牛乳 (キャップ式)

1000ml

278円

(税込 300円)

蔵

390014

co-op 低温殺菌牛乳 (阿蘇山麓)

1000ml

278円

(税込 300円)

蔵

390026

九州乳業 みどり低脂肪

1000ml

158円

(税込 170円)

蔵

390033

九州乳業 特濃ミルク

1000ml

258円

(税込 278円)

蔵

390005

co-op コープ牛乳 (産地指定)

500ml

158円

(税込 170円)

蔵

390006

co-op コープ牛乳 ミニ (産地指定)

200ml×6個

408円

(税込 440円)

蔵

390011

co-op コープ 低脂肪牛乳 1.0%

1000ml

198円

(税込 213円)

蔵

390012

co-op コープ 低脂肪牛乳 1.4%

1000ml

208円

(税込 224円)

蔵

390001

co-op カル鉄 ライフ

1000ml

208円

(税込 224円)

蔵

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-フレンズ版

Q.

eフレンズでも「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。

ヨーグルト・乳製品

390209

チチヤス
毎朝快調
ヨーグルト

80g×8個

328円
(税込354円)

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)

390207

co-op ヨーグルトe

75g×6個

248円
(税込267円)

390231

co-op 脂肪0(ゼロ)
ヨーグルト

75g×6個

248円
(税込267円)

390221

co-op プレーンヨーグルト
生乳100%

450g

218円
(税込235円)

390202

co-op プレーンヨーグルト

470g

188円
(税込203円)

390206

co-op プレーンヨーグルト
ビフィズス

400g

188円
(税込203円)

390203

co-op プレーンヨーグルト
脂肪0(ゼロ)

450g

168円
(税込181円)

390208

co-op 甘さすっきり
生乳ヨーグルト

450g

228円
(税込246円)

390201

co-op フルーツ
ヨーグルト

450g

298円
(税込321円)

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)

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)

390227

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)

390205

日本ルナ
バニラヨーグルト
(生クリーム入り)

100g×6個

408円
(税込440円)

390222

co-op アロエヨーグルト

80g×6個

358円
(税込386円)

390212

co-op すくすくこども
乳酸菌

65mL×10本

198円
(税込213円)

390211

明治
R-1
ドリンクタイプ

112g

145円
(税込156円)

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)

390219

明治
ヨーグルト R-1

112g

145円
(税込156円)

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)

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)

390210

明治
プロビオヨーグルト
LG21

112g

145円
(税込156円)

390229

co-op プリン

70g×3個

128円
(税込138円)

390200

co-op のむ
ヨーグルト

900g

298円
(税込321円)

390217

大山乳業
白パラ
コーヒ

1L

268円
(税込289円)

391000

co-op スライスチーズ

112g(7枚入)

228円
(税込246円)

391001

co-op とろける
スライスチーズ

112g(7枚入)

228円
(税込246円)

390218

co-op ミックスチーズ

150g

398円
(税込429円)

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)

390402

co-op スライス食パン

6枚

138円
(税込149円)

390401

co-op 6枚切食パン

6枚

188円
(税込203円)

390400

co-op 5枚切食パン

5枚

188円
(税込203円)

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)

390411

co-op 食パン
(ブロック)

1.5斤

278円
(税込300円)

390404

co-op バターロール

6個

188円
(税込203円)

390407

co-op レズン
バターロール

5個

198円
(税込213円)

391829

co-op モーニング
クロワッサン

8個

510円
(税込550円)

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)

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)

⑦ 乳

AC 週 390681

BD 週 390682

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)

⑦ 乳

AC 週 390679

BD 週 390680

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。

4

お肉・
お魚・
加工品

マルイ食品
南国元気鶏若鶏
もも肉(鹿児島県産)
※写真は
400gです

391415 **558円**
400g(2枚) (税込**602円**)

391414 **338円**
200g(1枚) (税込**365円**)

391412
長崎県養鶏農協
若鶏モモ肉切身
(長崎県産)

580円
380g (税込**626円**)

391425
マルイ食品
南国元気鶏若鶏
むね肉
(鹿児島県産)

438円
500g(2枚) (税込**473円**)

全農ミートフーズ
大西海豚小間切れ
(長崎県産)
※写真は
250gです

458円
250g (税込**494円**)

358円
180g (税込**386円**)

全農ミートフーズ
大西海豚小間切れ
(長崎県産)
※写真は
320gです

498円
320g (税込**537円**)

378円
200g (税込**408円**)

 凍 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 391443 500g (税込669円) 391442 300g (税込453円)	 凍 マルイ食品 南国元気鶏若鶏 ※写真は 500gです ムネミンチ (鹿児島県産) 391441 500g (税込561円) 391440 370g (税込453円)	凍  391439 全農ミートフーズ 豚ミンチ (国産) 300g (税込473円)	凍  391406 全農ミートフーズ 牛豚合挽ミンチ7:3 (国産) 300g (税込678円)	蔵  391401 🍷 エssenポーク (九州産豚肉使用) 115g (標準7本) (税込321円)	蔵  391410 🍷 鹿児島産黒豚の あらびきウインナー 100g (標準7本) (税込267円)
--	--	---	--	---	--

蔵  391400 CO-OP ハーフベーコン 使い切りパック 36g(標準4枚入り) 358円 ×3 (税込386円)	蔵  391404 CO-OP ロースハム 83g (標準6枚入り) 238円 (税込257円)	蔵  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) 228円 60g(6個)×3袋 (税込246円) <table border="1"> <tr><td>毎 週</td><td>390643</td></tr> <tr><td>A C 週</td><td>390644</td></tr> <tr><td>B D 週</td><td>390645</td></tr> </table>	毎 週	390643	A C 週	390644	B D 週	390645	凍  🍷 骨取りさば フィレ (うす塩味) 3枚(270g) 598円 (税込645円) <table border="1"> <tr><td>毎 週</td><td>391609</td></tr> <tr><td>A C 週</td><td>391610</td></tr> <tr><td>B D 週</td><td>391611</td></tr> </table>	毎 週	391609	A C 週	391610	B D 週	391611	凍  🍷 淡塩味さば フィレ 3枚(320g) 598円 (税込645円) <table border="1"> <tr><td>毎 週</td><td>391600</td></tr> <tr><td>A C 週</td><td>391601</td></tr> <tr><td>B D 週</td><td>391602</td></tr> </table>	毎 週	391600	A C 週	391601	B D 週	391602	凍  391622 オーニシ 骨とりサーモン 切身(甘塩味) 448円 5切(90g) (税込483円)	凍  福岡九福水産 昔ながらの しょっぱい 秋鮭 120g(40g×3入り) 458円 (税込494円) <table border="1"> <tr><td>毎 週</td><td>391603</td></tr> <tr><td>A C 週</td><td>391604</td></tr> <tr><td>B D 週</td><td>391605</td></tr> </table>	毎 週	391603	A C 週	391604	B D 週	391605
毎 週	390643																													
A C 週	390644																													
B D 週	390645																													
毎 週	391609																													
A C 週	391610																													
B D 週	391611																													
毎 週	391600																													
A C 週	391601																													
B D 週	391602																													
毎 週	391603																													
A C 週	391604																													
B D 週	391605																													

蔵

392015

co-op アイスコーヒ-

無糖

1ℓ

158円

(税込 170円)

蔵

392014

co-op アイスコーヒ-

甘さひかえめ

1ℓ

158円

(税込 170円)

1ℓ

392031

ふくれん
九州産大豆
成分無調整
豆乳

1ℓ

⑦ 7品目無

230円

(税込 248円)

蔵

392079

めいらく
豆腐もできます
有機豆乳

900ml

⑦ 7品目無

220円

(税込 237円)

ふくれん
まるごと
大豆飲料
大豆スーミー

1ℓ

⑦ 7品目無 (税込 267円)

毎週	392067
A 週	392068
A C 週	392069
B D 週	392070

1ℓ

248円

蔵



392005

co-op

チルド
オレンジジュース

1ℓ

285円

(税込307円)

蔵



392004

co-op

チルド
アップルジュース

1ℓ

198円

(税込213円)

蔵



392007

co-op

野菜・果実
ジュース

1ℓ

215円

(税込232円)

1ℓ

co-op

りんご酢
(濃縮タイプ)

1ℓ

1,190円

(税込1,285円)

毎週 392033

A C 週 392034

B D 週 392035



co-op

鹿児島
黒酢ドリンク

125mℓ×12本

710円

(税込766円)

毎週 392036

A 週 392037

A C 週 392038

B D 週 392039

毎月A週にお届けします

プリセプト
麦若葉 青汁β

わくわく定期便

392008

2箱

4,880円

(税込5,270円)

391722

1箱

2,740円

(税込2,959円)

⑦ 乳

カタログ掲載価格
が得価の場合は分
包を追加。1包あた
りの価格が最もお
買い得になります。

5

●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。

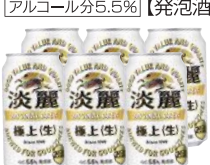
「酒類」は、消費税率10%です。

392026 co-op トマトジュース 食塩無添加 900g 238円 (税込257円)	392029 co-op 野菜ジュース 食塩無添加 900g 245円 (税込264円)	392028 co-op 彩果菜園フルーティーアップル (一食分の野菜) 1ℓ 278円 (税込300円)	392027 co-op ミックスキャロット 1ℓ 338円 (税込365円)	co-op ミックスキャロット 125ml×12本 1,010円 (税込1,090円) 毎週 A C 週 392041 B D 週 392044 392045	co-op ミックスキャロット 200ml×12本 1,198円 (税込1,293円) 毎週 A C 週 392040 B D 週 392042 392043	392025 co-op 野菜がおいしい1日分 200ml 88円 (税込95円)
392051 co-op りんごカル 125ml 85円 (税込91円)	6本 co-op おいしい水(志布志) 2ℓ×6本 668円 (税込721円) 毎週 A C 週 392000 B D 週 392001 392002	24本 co-op おいしい水(志布志) 555ml×24本 1,560円 (税込1,684円) A 週 392083	6本 392024 co-op あずみ野の水 2ℓ×6本 668円 (税込721円)	6本 392081 co-op 四季が育てた水 2ℓ×6本 530円 (税込572円)	「トクホ」のお茶 体脂肪を減らすのを助ける 392030 サントリー 伊右衛門特茶 500ml 170円 (税込183円)	
6本 392020 co-op ただの炭酸水(天然水使用) 500ml×6本 520円 (税込561円)	24本 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	392003 co-op 抹茶入り玄米茶 200g 275円 (税込297円)	6本 co-op 緑茶 2ℓ×6本 815円 (税込880円) 毎週 A C 週 392009 B D 週 392010 392011		392017 サントリー 伊右衛門特茶 1ℓ 338円 (税込365円)	
					黒、キレ味スッキリ 392016 サントリー 黒烏龍茶 1050ml 398円 (税込429円)	392019 サントリー 胡麻麦茶 1050ml 428円 (税込462円)
6本 392080 co-op 麦茶 (国産六条大麦使用) 2ℓ×6本 938円 (税込1,013円)	凍 390216 co-op 大山南麓の氷 1.1kg 188円 (税込203円)	モカブレンド レギュラーコーヒー 280g(粉) 498円 (税込537円) 毎週 A 週 392047 A C 週 392055 B D 週 392056 392057		キリマンジャロ ブレンド レギュラーコーヒー 280g(粉) 498円 (税込537円) 毎週 A 週 392048 A C 週 392058 B D 週 392059 392060		中細挽き 392082 co-op 有機栽培フェアトレードコーヒー グアテマラ プレンド 170g(粉) 650円 (税込702円)
				中細挽き co-op コーヒーバッグ オリジナルブレンド 320g(8g×40袋) 1,100円 (税込1,188円) 毎週 A 週 392075 A C 週 392076 B D 週 392077 392078		

お酒

お酒

アルコール分7%【リキュール】  392223 サントリー 角ハイボール 350ml×6 1,108円 (税込1,218円)	アルコール分25%【焼酎】 co-op 薩摩焼酎 黄金桜黒(こがねあうこく) 乙類1.8ℓ 1,480円 (税込1,628円) 毎週 392232 A週 392233 A C週 392234 B D週 392235	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)	アルコール分5%【ビール】  392222 麒麟 一番搾り(生) 350ml×6 1,106円 (税込1,216円)	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)
--	--	---	--	--

アルコール分5%【発泡酒】  392220 麒麟 のどごし(生) 350ml×24 3,300円 (税込3,630円) 毎週 392209 A C週 392210 B D週 392211 co-op CO・OP&サントリー金麦 糖質75%オフ 350ml×6 826円 (税込908円)	アルコール分5.5%【発泡酒】  392218 麒麟 淡麗極上(生) 350ml×24 3,365円 (税込3,701円) 毎週 392206 A C週 392207 B D週 392208	アルコール分4.5%【発泡酒】  392219 麒麟 淡麗グリーンラベル 350ml×24 3,365円 (税込3,701円) 毎週 392203 A C週 392204 B D週 392205	アルコール分5%【発泡酒】  392215 麒麟 金麦 350ml×6 823円 (税込905円)	アルコール分5%【発泡酒】  392212 麒麟 金麦 350ml×24 3,290円 (税込3,619円) 毎週 392212 A C週 392213 B D週 392214
---	--	--	---	---

アルコール分4%【発泡酒】  392221 麒麟 金麦 350ml×6 823円 (税込905円)	調味料・乾物など  食塩相当量 100ml当17.0g co-op 料理用 白だし 1ℓ 428円 (税込462円) 毎週 391724	食塩相当量 18g当2.0g co-op あわせみそ マイルド 750g 338円 (税込365円) 毎週 391700 A週 391701 A C週 391702 B D週 391703	食塩相当量 18g当1.4g  391716 co-op あわせみそ マイルド減塩 750g 338円 (税込365円)	食塩相当量 18g当2.0g  co-op 米麦 あわせみそ 1kg 338円 (税込365円) 毎週 391723
---	---	---	--	--

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」の表紙や注文書に〇月〇週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。

レトルト co-op ふかひれ スープ(濃縮タイプ) 180g(3~4人前) 298円 (税込321円) 毎週 391704 A週 391705 B週 391706

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
シート袋



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	2月1週 2/3(月)～2/7(金)	3月1週 3/3(月)～3/7(金)
A 週はカタログ 「クリエ」の 表紙でご確認ください	4月1週 3/31(月)～4/4(金)	4月5週 4/28(月)～5/2(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。》

ちょっと
気づいたとき
サッと使えます！



3つの便利ポイント

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。

Co-op

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

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

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！

立体縫製で
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

全重量: 約345g

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



最短
約74cm

最長
約119cm

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。

※写真はイメージです。

いつでもどこでも

スマートフォンでさらに
便利に

さらに
便利に

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



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
※eフレンズ九州は事前
のご登録が必要です。



新しく商品を
登録する場合



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。

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。

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