

生活協同組合 ララコーフ

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 2026年9/5(土)まで

利用
登録

いつもくん

カタログで人気の商品が

いつもくんに

新登場!

■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。

声 毎回注文しています。
いつもくんに
登録してほしいです。
(コープおきなわの組合員さん)

- 冷凍なので、調理時間が短く、ゆでたてのようなおいしさが味わえます。
- 1食ずつ個包装してありますので、冷凍庫での保存にも便利です。

毎週 390689
A週 390690
B/D週 390691



co-op 冷凍うどん 凍
540g(3食)
ア小麦

178円
(税込192円)



かつおの旨みを野菜エキスで
引き出しました

コシが強く、のどごしなめらかな

- サラダの具材をはじめ、さまざまな料理の素材としてご利用いただける油無添加のかつおのツナ缶詰です。

毎週 391833
A週 391834
B/D週 391835



co-op ライトツナフレーク
(かつお油無添加)
70g×3缶
ア 8品目無

398円
(税込429円)



原産国名:タイ

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日 生協 花子様 012-11-012 ST- LC午前003
11 03 449201503102 1016117895 001 001 +
110 ●●●●●●●●●● 提出日 月 日(月)
商品お届け日 月 日(月)

今週のおすすめ

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。

日用品のオアシス

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
3910003

いつもくんの
お届けは3種類

毎週 月1回(A週)
隔週(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
A週 月に1回 A週にお届けします
B/D週 B週・D週の隔週でお届けします

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!!















いつもくんの
お届けのある方は
税込み価格より
10円引
ココを
要チェック!



掲載内容は一例です
「いつもくん」を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。

<p>野菜・くだもの</p> <p>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。</p>	 <p>391103 バナナ (フィリピン産) 450g(3~6本)</p>	 <p>391136 フレンドリーバナナ (フィリピン産) 450g(3~6本)</p>	 <p>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)</p>	 <p>391221 コープのバナナ (エクアドル産) 650g(4~6本)</p>	 <p>391116 コープの高原バナナ (フィリピン産) 570g(4~7本)</p>
	 <p>391118 有機栽培バナナ (メキシコ産) 500g</p>	 <p>391157 ミニとまと<アイコ> (長崎県産)※週によって「ミニとまと」をお届けします 200g</p>	 <p>391214 とまと 400g(2~6玉) 時期により450gでお届けの場合あり</p>	 <p>391210 ミニとまと<アンジェレ> 200g</p>	 <p>391174 キャベツ 1玉</p>
 <p>391167 レタス 1玉</p>	 <p>391213 リーフレタス<クイーン> (熊本県産) 1袋(50g)</p>	 <p>391170 ブロッコリー 1株</p>	 <p>391114 小松菜 (長崎県産) 150g</p>	 <p>391125 サラダ野菜セット (山口県産) 55g(3種)</p>	 <p>391127 小原(おばら)さんちの ベビーリーフ(熊本県産) 30g</p>
 <p>390667 サラダクラブ 千切りキャベツ 120g</p>	 <p>390668 サラダクラブ ミックスサラダ 100g</p>	 <p>391192 ほうれん草(長崎県産) 150g</p>	 <p>391184 チンゲン菜 180g</p>	 <p>391206 水菜(長崎県産) 150g</p>	 <p>391188 にら 1束</p>
 <p>391110 小ねぎ(長崎県産) 50g</p>	 <p>391102 きゅうり(長崎県産) 300g(3~4本)</p>	 <p>391169 人参<洗い> 300g(大小混)</p>	 <p>徳用人参<洗い> 700g(大小混) 毎週 391172 B D 週 391212</p>	 <p>391140 なす(福岡県産) 2本</p>	 <p>391182 ピーマン 130g(3~5個)</p>
 <p>391201 たまねぎ 600g(大小混)</p>		 <p>391196 舞茸(長崎県産) 100g</p>	 <p>391120 ぶなしめじ(福岡県産) 180g</p>	 <p>391124 エリンギ(長崎県産) 100g</p>	 <p>391101 えのき茸(長崎県産) 100g×2袋</p>
 <p>391168 大葉 10枚</p>	 <p>391138 アボカド(メキシコ産) 1玉</p>	 <p>391146 生椎茸<菌床栽培> (長崎県産) 1パック</p>	 <p>391143 生椎茸<原木栽培> (大分・熊本県産) 1パック</p>	 <p>391106 緑豆もやし (長崎県産) 200g</p>	

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

ちくわ 118円
104g(4本) (税込127円)

毎週 **390901**
B D 週 **390911**

蔵

かに風味かまぼこ 328円
(ハーフサイズ) 82g(5本)×2パック (税込354円)

毎週 **390902**
B D 週 **390904**

蔵

かまぼこ 168円
(赤) 80g (税込181円)

毎週 **390907**
B D 週 **390909**

蔵

とろろ家族 390615
(国産大豆使用) 138円
320g(4個) (税込149円)

蔵

絹のとうふ 390601
(ポプさんグループの大豆) 128円
150g×3個 (税込138円)

蔵

大豆の甘みひきたつ 390625
うまか絹ごし 135円
300g (税込145円)



蔵

大豆の甘みひきたつ 390626
うまか木綿 135円
300g (税込145円)

蔵

絹ごしとうふ 390608
300g×2個 146円
(税込157円)

蔵

木綿とうふ 390655
(ポプさんグループの大豆) 148円
150g×3個 (税込159円)

蔵

絹ごしとうふ 390656
(ポプさんグループの大豆) 148円
150g×3個 (税込159円)

蔵

だいずたっぷりとうふ 390614
(ポプさんグループの大豆) 148円
200g×2個 (税込159円)

蔵

国産大豆 390672
ひきわり納豆 128円
納豆80g(40g×2個入)、
たれ2袋 (税込138円)

蔵

国産大豆中粒納豆 390603
40g×3個 128円
(たれ・からし付) (税込138円)

蔵

国産小粒納豆 390602
納豆120g(40g×3個)、
たれ3袋 138円
(税込149円)

蔵

納豆 390605
(甘口たれ付) 128円
納豆160g(40g×4個入)、
たれ4袋 (税込138円)

蔵

九州産大豆 390676
麦入り納豆(しそ昆布たれ付) 138円
納豆120g(40g×3個入)、
たれ3袋 (税込149円)

蔵

絹厚あげ 390688
マルツネ 148円
180g(2個入り) (税込159円)

6月より
下記価格に
値上げします

蔵

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

毎週 **390631**
B D 週 **390633**

蔵

国産大豆使用 390660
すしあげ 128円
6枚入 (税込138円)

卵・
牛乳

蔵

産直たまご(白) 390116
10個(長崎県産) 298円
10個(MS~LL混) (税込321円)

蔵

産直たまご(桜) 390115
10個(長崎県産) 318円
10個(MS~LL混) (税込343円)

蔵

コープ牛乳 390003
(産地指定) 280円
1000ml (税込302円)

蔵

阿蘇山麓 390010
2.0 228円
1000ml (税込246円)

蔵

コープ牛乳 390035
(キャップ式) 288円
1000ml (税込311円)

蔵

6個産直たまご(白) 390101
(長崎県産) 198円
6個(MS~LL混) (税込213円)

蔵

6個産直たまご(桜) 390100
(長崎県産) 208円
6個(MS~LL混) (税込224円)

蔵

コープ牛乳 390002
1000ml 258円
(税込278円)

蔵

低脂肪牛乳 390014
(阿蘇山麓) 288円
1000ml (税込311円)

蔵

みどり低脂肪 390026
九州乳業 168円
1000ml (税込181円)

蔵

特濃ミルク 390033
九州乳業 268円
1000ml (税込289円)

蔵

コープ牛乳 390005
(産地指定) 168円
500ml (税込181円)

蔵

コープ牛乳 390006
ミニ(産地指定) 438円
200ml×6個 (税込473円)

蔵

コープ 390011
低脂肪牛乳 208円
1.0% 1000ml (税込224円)

蔵

コープ 390012
低脂肪牛乳 218円
1.4% 1000ml (税込235円)

蔵

カル鉄 390001
ライフ 218円
1000ml (税込235円)

蔵

雪印メグミルク 390016
アカディ 278円
おなかに やさしく 900ml (税込300円)



Q. eフレズでも「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→)



●お届け時の商品価格は、その週のカatalog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 348円 (税込375円)	 390230 チチヤス 毎朝快調ヨーグルト 低糖質 80g×8個 348円 (税込375円)	 390207 co-op ヨーグルトe 75g×6個 258円 (税込278円)	 390231 co-op 脂肪0(ゼロ) ヨーグルト 75g×6個 258円 (税込278円)	 391007 co-op 鉄分入り ヨーグルト プレーン 75g×6個 328円 (税込354円)	
 390221 co-op プレーンヨーグルト 生乳100% 450g 228円 (税込246円)	 390202 co-op プレーンヨーグルト 470g 198円 (税込213円)	 390206 co-op プレーンヨーグルト ピフイス 400g 198円 (税込213円)	 390203 co-op プレーンヨーグルト 脂肪0(ゼロ) 450g 178円 (税込192円)	 390208 co-op 甘さすっきり 生乳ヨーグルト とろとなめらか 仕立て 400g ⑦ 乳 218円 (税込235円)	 390201 co-op フルーツ ヨーグルト 400g 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
238円
 (税込257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
678円
 (税込732円)


390227
 加糖
球磨酪農農業協同組合
球磨の恵みヨーグルト
1000g
678円
 (税込732円)


390211
 明治
R-1
ドリンクタイプ
112g
158円
 (税込170円)


390220
 明治
R-1
ドリンクタイプ
低糖・低カロリー
112g
158円
 (税込170円)


390219
 明治
ヨーグルト R-1
112g
158円
 (税込170円)


390223
 明治
R-1 ドリンクタイプ
(ケース)
112g×12本
1,780円
 (税込1,922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
1,780円
 (税込1,922円)


390205
 日本ルナ
パニラヨーグルト
(生クリーム入り)
100g×6個
428円
 (税込462円)


390222
 co-op アロエヨーグルト
80g×6個
378円
 (税込408円)


390212
 co-op すくすくこども
乳酸菌
65ml×10本
198円
 (税込213円)


390210
 明治
プロビオヨーグルト
LG21
112g
158円
 (税込170円)


390236
 ヤクルト本社
Newヤクルト
65ml×10本
478円
 (税込516円)


390237
 ヤクルト本社
Newヤクルト糖質・
カロリー50%オフ
65ml×10本
478円
 (税込516円)


390238
 ヤクルト本社
Y1000
110ml×6本
900円
 (税込972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
328円
 (税込354円)


390235
 co-op 毎日ゴクゴク
のむ
ヨーグルト
900g
238円
 (税込257円)


390217
 大山乳業
白バラ
コーヒー
1ℓ
308円
 (税込332円)


391000
 co-op スライス
チーズ
112g(7枚入)
238円
 (税込257円)


391001
 co-op とろける
スライスチーズ
112g(7枚入)
238円
 (税込257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
338円
 (税込365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
198円
 (税込213円)


390400
 co-op 5枚切食パン
5枚
198円
 (税込213円)


390406
 co-op ボブさんの小麦食パン
(生クリーム入り)
6枚
228円
 (税込246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
198円
 (税込213円)


390407
 co-op レーズン
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
⑦ 乳小麦卵
560円
 (税込604円)


391832
 co-op バターが薫る
ふんわり
クロワッサン
10個
830円
 (税込896円)

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

●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。

お肉・お魚・加工品

<p style="text-align: center;">391415 598円 (税込645円)</p> <p style="text-align: center;">391414 358円 (税込386円)</p>	<p style="text-align: center;">391412 628円 (税込678円)</p>	<p style="text-align: center;">391425 488円 (税込527円)</p>	<p style="text-align: center;">391428 498円 (税込537円)</p> <p style="text-align: center;">391427 390円 (税込421円)</p>	<p style="text-align: center;">391437 628円 (税込678円)</p> <p style="text-align: center;">391438 440円 (税込475円)</p>
<p style="text-align: center;">391443 678円 (税込732円)</p> <p style="text-align: center;">391442 458円 (税込494円)</p>	<p style="text-align: center;">391441 580円 (税込626円)</p> <p style="text-align: center;">391440 470円 (税込507円)</p>	<p style="text-align: center;">391439 560円 (税込604円)</p>	<p style="text-align: center;">391406 930円 (税込1,004円)</p>	<p style="text-align: center;">391401 298円 (税込321円)</p>
<p style="text-align: center;">391400 378円 (税込408円)</p>	<p style="text-align: center;">391404 238円 (税込257円)</p>	<p style="text-align: center;">390643 390円</p> <p style="text-align: center;">390645 390円</p>	<p style="text-align: center;">391609 878円 (税込948円)</p> <p style="text-align: center;">391611 878円 (税込948円)</p>	<p style="text-align: center;">391600 878円 (税込948円)</p> <p style="text-align: center;">391602 878円 (税込948円)</p>
<p style="text-align: center;">391612 398円 (税込429円)</p> <p style="text-align: center;">391614 398円 (税込429円)</p>	<p style="text-align: center;">391606 428円 (税込462円)</p> <p style="text-align: center;">391608 428円 (税込462円)</p>	<p style="text-align: center;">391619 398円 (税込429円)</p> <p style="text-align: center;">391621 398円 (税込429円)</p>	<p style="text-align: center;">391615 238円 (税込257円)</p> <p style="text-align: center;">391618 238円 (税込257円)</p>	<p style="text-align: center;">390640 388円 (税込419円)</p> <p style="text-align: center;">390657 388円 (税込419円)</p> <p style="text-align: center;">390642 388円 (税込419円)</p>
<p style="text-align: center;">390646 198円 (税込213円)</p> <p style="text-align: center;">390648 198円 (税込213円)</p>	<p style="text-align: center;">390669 328円 (税込354円)</p>	<p style="text-align: center;">390634 388円 (税込419円)</p> <p style="text-align: center;">390636 388円 (税込419円)</p>	<p style="text-align: center;">390670 548円 (税込591円)</p>	<p style="text-align: center;">390689 178円 (税込192円)</p> <p style="text-align: center;">390690 178円 (税込192円)</p> <p style="text-align: center;">390691 178円 (税込192円)</p>
<p style="text-align: center;">392011 258円 (税込278円)</p> <p style="text-align: center;">392071 258円 (税込278円)</p> <p style="text-align: center;">392072 258円 (税込278円)</p> <p style="text-align: center;">392074 258円 (税込278円)</p>	<p style="text-align: center;">392086 120円 (税込129円)</p>	<p style="text-align: center;">392015 185円 (税込199円)</p>	<p style="text-align: center;">392014 185円 (税込199円)</p>	<p style="text-align: center;">392031 230円 (税込248円)</p>
<p style="text-align: center;">392005 350円 (税込378円)</p>	<p style="text-align: center;">392004 198円 (税込213円)</p>	<p style="text-align: center;">392007 215円 (税込232円)</p>	<p style="text-align: center;">392036 750円 (税込810円)</p> <p style="text-align: center;">392037 750円 (税込810円)</p> <p style="text-align: center;">392039 750円 (税込810円)</p>	<p style="text-align: center;">392033 1,190円 (税込1,285円)</p> <p style="text-align: center;">392035 1,190円 (税込1,285円)</p>

教えて!
いつもくん
注文書

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)</p>		<p>392027 co-op ミックスキャロット 1ℓ 348円 (税込375円)</p>	<p>co-op ミックスキャロット 1,040円 (税込1,123円) 毎週 392041 B D 週 392045</p>	<p>co-op ミックスキャロット 1,248円 (税込1,347円) 毎週 392040 B D 週 392043</p>	<p>392025 co-op 野菜がおいしい1日分 200ml 90円 (税込97円)</p>
<p>392051 co-op りんごカル 125ml 85円 (税込91円)</p>	<p>6本 co-op おいしい水(志布志) 2ℓ×6本 685円 (税込739円) 毎週 392000 B D 週 392002</p>	<p>24本 co-op おいしい水(志布志) 555ml×24本 1,610円 (税込1,738円) A 週 392083</p>	<p>6本 392024 co-op あずみ野の水 2ℓ×6本 698円 (税込753円)</p>	<p>6本 392081 co-op 四季が育てた水 2ℓ×6本 530円 (税込572円)</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 185円 (税込199円)</p> <p>392017 サントリー 伊右衛門特茶 1ℓ 358円 (税込386円)</p>	
<p>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)</p>	<p>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</p>	<p>392003 co-op 抹茶入り玄米茶 200g 678円 (税込732円)</p>		<p>6本 co-op 緑茶 2ℓ×6本 1,185円 (税込1,279円) 毎週 392009 B D 週 392011</p>	<p>黒、キレ味スッキリ 392016 サントリー 黒烏龍茶 1050ml 448円 (税込483円)</p>	<p>血圧が高めの方に 392019 サントリー 胡麻麦茶 1050ml 448円 (税込483円)</p>
<p>6本 392080 co-op 麦茶 (国産六条大麦使用) 2ℓ×6本 998円 (税込1,077円)</p>	<p>凍 390216 co-op 大山南麓の水 1.1kg 218円 (税込235円)</p>		<p>レギュラーコーヒー co-op モカブレンドレギュラーコーヒー 240g(粉) 798円 (税込861円) 毎週 392047 A 週 392055 B D 週 392057</p>	<p>レギュラーコーヒー co-op キリマンジャロブレンドレギュラーコーヒー 240g(粉) 798円 (税込861円) 毎週 392048 A 週 392058 B D 週 392060</p>	<p>レギュラーコーヒー co-op コーヒーバッグオリジナルブレンド 320g(8g×40袋) 1,570円 (税込1,695円) 毎週 392075 A 週 392076 B D 週 392078</p>	
<p>お酒</p> <p>アルコール分7% 392223 サントリー 角ハイボール 350ml×6 1,235円 (税込1,358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 B D 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 1,158円 (税込1,273円)</p> <p>アルコール分5%【ビール】 392222 キリン 一番搾り(生) 350ml×6 1,158円 (税込1,273円)</p> <p>アルコール分5%【発泡酒】 392216 アサヒ クリアアサヒ 350ml×6 890円 (税込979円)</p>						
<p>アルコール分5%【発泡酒】 392220 キリン のどごし(生) 350ml×6 878円 (税込965円)</p>	<p>アルコール分5.5%【発泡酒】 co-op CO・OP&サントリー金麦 糖質75% オフ 350ml×24 3,495円 (税込3,844円) 毎週 392209 B D 週 392211</p>	<p>アルコール分5.5%【発泡酒】 392218 キリン 淡麗極上(生) 350ml×24 3,580円 (税込3,938円) 毎週 392206 B D 週 392208</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×6 900円 (税込990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×6 875円 (税込962円)</p>	<p>アルコール分5%【発泡酒】 co-op CO・OP&サントリー金麦 350ml×24 3,495円 (税込3,844円) 毎週 392212 B D 週 392214</p>	<p>アルコール分5%【発泡酒】 co-op CO・OP&サントリー金麦 糖質75% オフ 350ml×6 875円 (税込962円)</p>
<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×6 875円 (税込962円)</p>	<p>調味料・乾物など</p> <p>食塩相当量 100ml当17.0g co-op 料理用 白だし 1ℓ 448円 (税込483円) A 週 391724</p>	<p>食塩相当量 18g当2.0g co-op あわせみそマイルド 750g 358円 (税込386円) 毎週 391700 A 週 391701 B D 週 391703</p>	<p>食塩相当量 18g当1.4g 391716 co-op あわせみそマイルド減塩 750g 358円 (税込386円)</p>	<p>食塩相当量 18g当2.0g co-op 米麦 あわせみそ 1kg 358円 (税込386円) A 週 391723</p>		

6 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atalog掲載価格となります。

「雑貨」は、消費税率10%です。

<p>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)</p> <p>毎週 391704 B D 週 391706</p>	<p>5袋 フリーズドライ</p> <p>co-op たまごスープ 35g(7g×5袋) 348円 ⑦小麦卵か (税込375円)</p> <p>毎週 391710 B D 週 391712</p>	<p>co-op すりごま (二度焙煎) 85g 228円 (税込246円)</p> <p>毎週 391902 A 週 391903 B D 週 391905</p>	<p>co-op 和風ドレッシング 300ml 328円 (税込354円)</p> <p>毎週 391718 B D 週 391720</p>	<p>co-op オリーブオイル 400g 998円 (税込1,077円)</p> <p>A 週 391721</p>	<p>co-op 一番搾りキャノーラ油 1kg 515円 (税込556円) ⑦8品目無</p> <p>A 週 391725</p>	<p>co-op トマトケチャップ 500g 168円 (税込181円)</p> <p>A 週 391727</p>
<p>co-op マヨネーズ (全卵タイプ) 400g 298円 (税込321円) ⑦卵</p> <p>A 週 391726</p>	<p>co-op コープヌードル 71g(めん62g) 138円 ⑦乳小麦卵か (税込149円)</p> <p>391804</p> <p>co-op コープヌードル 71g(めん62g) 138円 ⑦乳小麦卵か (税込149円)</p> <p>391805</p> <p>co-op コープヌードル カレー 80g(めん60g) 138円 ⑦乳小麦卵ピ (税込149円)</p>	<p>391826</p> <p>co-op コーンフレーク フロスト 230g 288円 ⑦乳 (税込311円)</p>	<p>co-op おいしいご飯 (山形県産はえぬき使用) 180g×3食 568円 (税込613円)</p> <p>毎週 391810 A 週 391811 B D 週 391813</p>	<p>co-op おいしい赤飯 160g×3食 658円 (税込710円)</p> <p>毎週 391814 A 週 391815 B D 週 391817</p>	<p>co-op ほくほくお豆の玄米ごはん 150g 288円 ⑦8品目無 (税込311円)</p> <p>毎週 391824 B D 週 391831</p>	
<p>co-op 味付のり 板のり8枚 (10切80枚) 678円 (税込732円)</p> <p>毎週 391906 A 週 391907 B D 週 391901</p>	<h1>お米</h1>		<p>島原食糧販売 産直米 ながさきにこまる</p> <p>5kg</p> <p>毎週 392792 B D 週 392794</p> <p>2kg</p> <p>毎週 392857</p>	<p>島原食糧販売 無洗米産直米 ながさきにこまる</p> <p>5kg 無洗米</p> <p>392790</p> <p>2kg 無洗米</p> <p>392858</p>		
<p>co-op 味付のり 板のり8枚 (10切80枚) 678円 (税込732円)</p> <p>毎週 391906 A 週 391907 B D 週 391901</p>	<p>co-op ライトツナフレーク (かつお油無添加) 70g×3缶 398円 ⑦8品目無 (税込429円)</p> <p>毎週 391833 A 週 391834 B D 週 391835</p>	<p>全農パールライス 産直米 香岐つや姫</p> <p>5kg</p> <p>毎週 392851 A 週 392852</p> <p>2kg</p> <p>毎週 392859</p>	<p>きらら397</p> <p>5kg</p> <p>毎週 392798 B D 週 392804</p>			

雑貨

<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 ●約14×19cm(1枚) ●シート材質/レーヨン・ポリエステル、成分/水・プロピレングリコール・塩化セチルピリジニウム、他 ●日本製</p> <p>348円 (税込382円)</p> <p>A 週 392401</p> <p>トイレには 流せません</p>	<p>co-op やわらかワンタッチコアン (シングル130m) 1袋(6ロール) 518円 (税込569円)</p> <p>●紙芯なし/ミシン目なし ●約紙幅105mm ●エンボス加工 ●古紙 ●日本製</p> <p>毎週 392424 A 週 392404 B D 週 392425</p>	<p>co-op やわらかワンタッチコアン (ダブル65m) 1袋(6ロール) 518円 (税込569円)</p> <p>●紙芯なし/ミシン目入 ●約紙幅105mm ●エンボス加工 ●古紙 ●日本製</p> <p>毎週 392426 A 週 392405 B D 週 392427</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 ●約縦22.8×横20cm(1カット) ●パルプ ●日本製</p> <p>388円 (税込426円)</p> <p>毎週 392434 A 週 392400 B D 週 392435</p>	<p>co-op セフター-エナジー 濃縮液体 標準使用量 水30ℓに10g 約100回分</p> <p>co-op セフター-エナジー 濃縮液体 標準使用量 水30ℓに10g 約100回分</p> <p>co-op セフター-エナジー 強力洗浄 つめかえ 1000g 698円 ●日本製 (税込767円)</p> <p>A 週 392406</p> <p>A 週 392407</p>	<p>co-op 液体セフター 抗菌プラス 部屋干し つめかえ 1500g 498円 ●日本製 (税込547円)</p> <p>A 週 392408</p>
<p>箱なし ティッシュ</p> <p>co-op グリーンキーパー 1袋(220組×5パック) ●古紙 ●日本製</p> <p>408円 (税込448円)</p> <p>A 週 392403</p>	<p>co-op ティッシュ 200組×5箱組 378円 (税込415円) ●パルプ ●日本製</p> <p>毎週 392428 A 週 392402 B D 週 392429</p>	<p>紙刃</p> <p>co-op くつつかないホイル 25cm×10m ●アルミニウムはく・シリコン樹脂 ●アルミ加工/中国、カット・包装/日本 ※食品によっては、くつつく場合があります。</p> <p>328円 (税込360円)</p> <p>A 週 392411</p>
<p>co-op 電子レンジにも強いラップ レギュラー 30cm×50m ●ポリメチルペンテン・ポリブテン-1 (ポリオレフィン) ●耐熱温度/ 約-30~180℃ ●日本製</p> <p>378円 (税込415円)</p> <p>毎週 392432 A 週 392412 B D 週 392433</p>	<p>co-op 電子レンジにも強いラップ ミニ 22cm×50m ●ポリメチルペンテン・ポリブテン-1 (ポリオレフィン) ●耐熱温度/ 約-30~180℃ ●日本製</p> <p>328円 (税込360円)</p> <p>毎週 392430 A 週 392413 B D 週 392431</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atalog「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。※「麦若菜 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。



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

A 週はカタログ「クリエ」の表紙で
ご確認ください

6月1週
6/1(月)~6/5(金)

7月1週
6/29(月)~7/3(金)

7月5週
7/27(月)~7/31(金)

9月1週
8/31(月)~9/4(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**
静かにお掃除
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!

約50cm
約126cm

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!

約33cm

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!

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♪

立体縫製で
ホコリが取れる!

ハンドル
挿入口が
わかり
やすい!

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。

- 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

いつでもどこでも
スマートフォンでさらに便利に

操作手順を動画で
わかりやすくご案内

新しく商品を
登録する場合

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。

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。

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