

🍏 コーポおきなわ お気に入りの商品を登録しませんか?

さらにたくない
我が家の定番!!

保存版

このチラシは
お手元に
保管
ください

発行: 2024年9月30日(月)

利用
登録

いつもくん

あつふるカタログでは **いつもくん** マークが目印です。



あ!!

いろいろ
買い忘れてる!

お米、牛乳、納豆etc
切らすと困るのよ~

毎週欠かさず注文してるんだから
注文忘れてる時は
声かけてよ~!

そんな声に応えて! 毎週必要な商品は
「いつもくん」に登録するといいよ!!

組合員の
半数が
登録中!

毎日必要な商品は、
「いつもくん」で安心

後日...
利用登録って注文忘れが
無くて便利ね~♪

人気商品!



蔵

コープ牛乳

946ml

16日(届日含め約7日)

毎週 100772

AC週 100777

BD週 100778



蔵

産直やんばる
赤たまご10個

JAおきなわ
2L.L.M.M.S.混み10個
(採卵後約4日でお届け)

毎週 100702

AC週 100707

BD週 100708

蔵

納豆
(甘口たれ付)

40g×4個

10日(届日含め約3日)

毎週 100380

AC週 100385

BD週 100386



蔵

アイス
コーヒー
無糖

1L

40日

毎週 101069

AC週 101074

BD週 101075

新商品

「そふと食パン」から
「小さなそふと食パン」へ

サンドイッチに
ちょうどいいサイズ!



小さなそふと
食パン(4枚)

第一パン

4枚

5日(届日含め約4日)

- アレルギーに「卵」を追加しました。
- パンを小さくしました。
- 袋を止めていたプラスチック(クロージャー)をなくしました。ご家庭にある輪ゴムなどをご使用ください。

毎週 101859

AC週 101860

BD週 101861

新規登録がeフレンズで
もっとカンタン!▶

いつもくん登録方法は
8ページをご覧ください。



eフレンズいつもくんの操作方法動画はこちらから▶

※商品価格は、お届け週のカタログ掲載価格となります。

※商品パッケージ・規格・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。



小さなお子さまやご年配の方がいるご家庭にオススメ!

コープのレンタルモップ



登録すると初回は「柄付モップ」をお届け。そのあとは、月1回「替えモップ」をお届けします。

ホコリの中にはダニ・カビ・細菌・花粉などがいっぱい。レンタルモップならホコリを舞い上げずに取り除くことができます!

ハッキーモップ

一般的なモップより
少し大きめです。

だから
一気に
ひと拭き!



770円

(レンタル料
/税込)

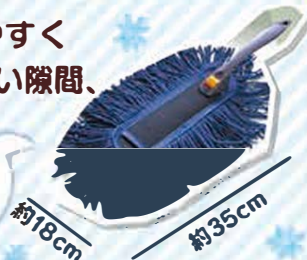
注文
番号

1950

ハンディーモップ

軽くて握りやすく
テーブルや狭い隙間、

凹凸面も
おまかせ!



715円

(レンタル料
/税込)

注文
番号

1946

3つのやさしい

- ①お財布に優しい!
いつもの配達と一緒にお届けするため、手間と費用を抑えお安くご利用いただけます。
- ②環境にやさしい!
使い終わったモップは、回収→洗浄→再利用するリサイクル商品です。
- ③人にやさしい!
使用している吸着剤の安全性も確認しています。

お届け・ご請求

毎月②週目のお届け・ご請求

⚠️ ご注意

- 登録内容の変更：解約については毎月25日までに配達担当者またはコープあぶれまでご連絡ください。
※注文書での変更は出来ません。
- 毎月替えモップをお届けします。使用済みのモップは必ずご返却をお願いします。

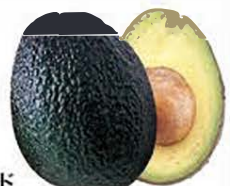
お問い合わせはコープあぶれまで ☎ 0120-800-982

営業時間: 10:00~17:00
(月~金)

登録・変更・解約は毎月25日までにお電話ください
(25日が土・日曜日にあたる場合はその前の金曜日)

●商品価格は、お届け週のカatalog掲載価格となります。

凍 冷凍でお届けします。 **蔵** 冷蔵でお届けします。

お野菜・果物					
	 バナナ 480g(3~5本) 毎週 100028 AC週 100033 BD週 100034	 フレンドリー バナナ 480g(3~6本) 毎週 100007 AC週 100012 BD週 100013	 フレンドリー バナナ 750g(4~7本) 毎週 100000 AC週 100005 BD週 100006	 甘熟王 ゴールドプレミアム バナナ 550g(4~6本) 毎週 100035 AC週 100040 BD週 100041	 有機栽培 バナナ 400g(3~5本) 毎週 101773 AC週 101774
 高原バナナ 500g(3~5本) 毎週 100049 AC週 100054 BD週 100055	 アボカド 1玉 毎週 101851 AC週 101857 BD週 101858	 とまと徳用 (わけありとまと) 600g(大小混) 毎週 101666 AC週 101700	 とまと 400g(大小混) 毎週 101665 AC週 101702	 ミニとまと 150g 毎週 101670 AC週 101698	 ミニとまと (ポリウムパック) 250g 毎週 101848 AC週 101849 BD週 101850
 たまねぎ徳用 1.2kg(大小混) 毎週 101663 AC週 101704	 たまねぎ 600g(大小混) 毎週 101664 AC週 101708	 じゃが玉人参 セット 1セット 毎週 101662 AC週 101708	 人参(洗い) 500g(大小混) 毎週 101672 AC週 101712	 人参(洗い)徳用 800g(大小混) 毎週 101673 AC週 101712	 かぼちゃ カット 1/4玉 毎週 101658 AC週 101714
 じゃがいも 1kg(大小混) 毎週 101675 AC週 101734	 にんにく (小玉) 1玉 毎週 100042 AC週 100047 BD週 100048	 長いも (カット) 200g(1~2切) 毎週 100070 AC週 100075 BD週 100076	 キャベツ 1玉 毎週 101660 AC週 101718	 ピーマン 150g(2~5個) 毎週 101667 AC週 101718	 ピーマン徳用 300g(4~10個) 毎週 101668 AC週 101720

蔵  小松菜 180g 毎週 100125 AC週 100130 BD週 100131	蔵  きゅうり (曲がり混) 500g (大・小混) 毎週 101661 AC週 101724	蔵  ブロッコリー 1株 毎週 101669 AC週 101726	蔵  サラダ菜 150g 毎週 100077 AC週 100082 BD週 100083	蔵  ベビーリーフ 25g 毎週 100063 AC週 100068 BD週 100069	蔵  レタス 1玉 毎週 101671 AC週 101728
蔵  白ねぎ 2本 (カット) 毎週 100084 AC週 100089 BD週 100090	蔵  ニラ 100g 毎週 100105 AC週 100110 BD週 100111	蔵  国産 笹切りごぼう 沖縄クローバー 100g 賞10日 (お届け日を含め約6日) A週 100119 C週 100120 AC週 100121	蔵  もやし (細もやし) サン食品 (株) (鹿児島県) 200g 毎週 100056 AC週 100061 BD週 100062	蔵  ぶなしめじ 100g 毎週 100119 AC週 100144 BD週 100145	蔵  ぶなしめじ ジャンボパック 170g 毎週 100021 AC週 100026 BD週 100027
蔵  えのき茸 200g 毎週 100132 AC週 100137 BD週 100138	蔵  エリンギ 100g 毎週 100014 AC週 100019 BD週 100020	蔵  生椎茸 (菌床) 1パック 毎週 100112 AC週 100117 BD週 100118	冷凍野菜 		凍  ヤング いんげん 200g 賞1年6ヵ月 毎週 100538 AC週 100543 BD週 100544
凍  ブロッコリー 180g 賞1年 毎週 100531 AC週 100536 BD週 100537	凍  北海道 とうもろこしカット 375g (10個) 賞2年 毎週 101790 AC週 101791	凍  ブルーベリー 140g 賞1年 毎週 100517 AC週 100522 BD週 100523	お肉 		凍  150g うちな〜とこ豚 小間切れ 沖縄県産 150g 賞6ヵ月 毎週 100302 AC週 100307 BD週 100308
凍  300g うちな〜とこ豚 小間切れ 沖縄県産 300g 賞6ヵ月 毎週 100270 AC週 100275 BD週 100276					
凍  うちな〜とこ豚 ロースしゃぶしゃぶ用 沖縄県産 200g 賞6ヵ月 毎週 100249 AC週 100254 BD週 100255	凍  うちな〜とこ豚 ロースしゃぶしゃぶ用 沖縄県産 200g 賞6ヵ月 毎週 100235 AC週 100240 BD週 100241	凍  うちな〜とこ豚 ロースしゃぶしゃぶ用 沖縄県産 200g 賞6ヵ月 毎週 100319 AC週 100324 BD週 100325	凍  うちな〜とこ豚 ロースしゃぶしゃぶ用 沖縄県産 220g (豚肉150g+タレ70g) 賞6ヵ月 毎週 100211 AC週 100216 BD週 100217	凍  200g うちな〜とこ豚 ロースしゃぶしゃぶ用 沖縄県産 200g 賞6ヵ月 毎週 100277 AC週 100282 BD週 100283	凍  うちな〜とこ豚 モモ切り落とし 沖縄県産 150g 賞6ヵ月 B週 100263 D週 100264 BD週 100265
凍  うちな〜とこ豚 モモ味噌煮込み 沖縄県産 180g 賞6ヵ月 毎週 100204 AC週 100209 BD週 100210	凍  うちな〜とこ豚 グウヤヌジー (うで) 沖縄県産 400g 賞6ヵ月 A 週 100186	凍  うちな〜とこ豚 ソーキ 沖縄県産 400g 賞6ヵ月 D 週 100292	凍  うちな〜とこ豚 三枚肉 (皮付き) 沖縄県産 400g 賞6ヵ月 B 週 100266	凍  うちな〜とこ豚 肩ロースかたまり 沖縄県産 400g 賞6ヵ月 D 週 100284	凍  うちな〜とこ豚 パラパラミンチ 沖縄県産 300g 賞6ヵ月 毎週 100187 AC週 100192 BD週 100193
凍  牛豚あいびき パラパラミンチ 牛・豚・鶏・魚 沖縄県産 300g 賞6ヵ月 毎週 100345 AC週 100350 BD週 100351	凍  やんばる若どり パラパラミンチ 沖縄県産 300g 賞6ヵ月 毎週 100194 AC週 100199 BD週 100200	凍  徳用やんばる若どり ムネ肉 沖縄県産 500g (分包) 賞1年 毎週 101875 AC週 101876 BD週 101877	凍  やんばる若どり ムネ肉 沖縄県産 250g 賞1年 毎週 100228 AC週 100233 BD週 100234	凍  徳用やんばる若どり もも肉 沖縄県産 500g (分包) 賞1年 毎週 100242 AC週 100247 BD週 100248	凍  やんばる若どり もも肉 沖縄県産 250g 賞1年 毎週 100285 AC週 100290 BD週 100291
凍  やんばる若どり ササミ 沖縄県産 200g (バラ凍結) 賞6ヵ月 毎週 100256 AC週 100261 BD週 100262	凍  やんばる若どり やきとり (タレ付) 中央食品加工 30g×10本 賞6ヵ月 A 週 100225 C 週 100226 AC週 100227	凍  やんばる若どり もも肉一口カット 沖縄県産 400g (バラ凍結) 賞6ヵ月 毎週 100218 AC週 100223 BD週 100224	凍  やんばる若どり 手羽元 沖縄県産 400g (バラ凍結) 賞6ヵ月 毎週 101872 AC週 101873 BD週 101874	凍  料理用 カットベーコン 180g 賞6ヵ月 B 週 100174	凍  味付け豚レバー (分包) 沖縄県産 200g×2 賞6ヵ月 毎週 100179 AC週 100184 BD週 100185

蔵 鹿兒島産黒豚のあらびきウィンナー 100g (標準7本) ●15日 (届日含め約8日) 毎週 100167 AC週 100172 BD週 100173	蔵 鹿兒島産豚肉のあらびきウィンナー 105g (標準7本) ●15日 (届日含め約8日) 毎週 100160 AC週 100165 BD週 100166	蔵 うちな〜とご豚あらびきウィンナー 沖縄ホーメル 90g (6本) ●20日 (届日含め約10日) A週 100176 C週 100177 AC週 100178	蔵 お弁当照焼ミートボール 60g (6個) × 3袋 ●30日 毎週 100387 AC週 100392 BD週 100393	冷食 鶏ごぼうピラフ 230g × 2袋 ●1年 毎週 100524 A週 100525 AC週 100529 BD週 100530	
凍 冷凍うどん 540g (3食) ●小麦 ●1年 毎週 101799 A週 101804 AC週 101805 BD週 101806	凍 骨取りさばフィーレ うす塩味 3枚 (270g) ●7品目無 ●1年 A週 101852 AC週 101853	日配 琉水綿 永吉豆腐加工所 250g ●10日 (届日含め約8日) 毎週 100458 AC週 100463 BD週 100464	蔵 琉水綿 永吉豆腐加工所 250g ●10日 (届日含め約8日) 毎週 100458 AC週 100463 BD週 100464	蔵 だいたつぷりとうふ (بوبさんの大豆) 200g × 2個 ●16日 (届日含め約5日) 毎週 100352 AC週 100357 BD週 100358	蔵 島とうふ (国産大豆) 湧川食品 120g × 2個 ●14日 (届日含め約8日) 毎週 100414 AC週 100419 BD週 100420
蔵 絹のとうふ (産地指定大豆) 150g × 3個 ●18日 (届日含め約9日) 毎週 100359 AC週 100364 BD週 100365	蔵 国産大豆ゆしどうふ 永吉豆腐加工所 600g ●10日 (届日含め約8日) 毎週 100479 AC週 100484 BD週 100485	蔵 元気とうふ 濃ゆくてかたい マルキン食品 60g × 4個 ●20日 (お届日含め約10日) 毎週 100373 AC週 100378 BD週 100379	蔵 水切り島とうふ 照屋食品 280g ●10日 (届日含め約7日) 毎週 100496 AC週 100501 BD週 100502	蔵 きぬごしとうふ (国産大豆) 湧川食品 120g × 2個 ●14日 (届日含め約8日) B週 100411 D週 100412 BD週 100413	蔵 国産大豆島とうふ 永吉豆腐加工所 250g ●8日 (届日含め約6日) 毎週 100465 AC週 100470 BD週 100471
蔵 永吉の島豆腐 (国産大豆) 永吉豆腐加工所 250g ●10日 (届日含め約9日) 毎週 101793 BD週 100423	蔵 ゆしどうふ 川上食品 450g ●7日 (届日含め約5日) 毎週 100427 AC週 100432 BD週 100433	蔵 油あげ (国産大豆) 湧川食品 2枚入 ●7日 (届日含め約4日) B週 100441 D週 100442 BD週 100443	蔵 厚揚げ豆腐 川上食品 280g ●9日 (届日含め約6日) 毎週 101794 AC週 101795 BD週 101796	蔵 ちくわ 104g (4本) ●10日 (届日含め約3日) 毎週 100510 AC週 100515 BD週 100516	蔵 ファミリータイプ肉ぎょうざ 360g (12個 × 2パック) ・たれ2袋 ●7日 (届日含め約5日) 毎週 100401 AC週 100406 BD週 100407
蔵 かに風味かまぼこ (2P) 82g (5本) × 2パック ●50日 毎週 100503 AC週 100508 BD週 100509	蔵 ごぼうサラダ 100g × 2袋 ●30日 (届日含め約15日) 毎週 100394 AC週 100399 BD週 100400	蔵 黒大豆納豆 仲村米穀商事 40g × 2個 ●10日 (届日含め約7日) 毎週 100444 AC週 100449 BD週 100450	蔵 ひきわり納豆 (北海道産大豆) 仲村米穀商事 40g × 3個 ●10日 (届日含め約7日) 毎週 100451 AC週 100456 BD週 100457	蔵 国産小粒納豆 40g × 3個 (たれ付) ●10日 (届日含め約3日) 毎週 101684 AC週 101685 BD週 101686	蔵 国産大豆中粒納豆 40g × 3個 (たれ・からし付) ●11日 (届日含め約3日) 毎週 100366 AC週 100371 BD週 100372
蔵 納豆 (甘口たれ付) 40g × 4個 ●10日 (届日含め約3日) 毎週 100380 AC週 100385 BD週 100386	蔵 北海道小粒納豆 タカノフーズ 30g × 3個 ●9日 (届日含め約6日) 毎週 100489 AC週 100494 BD週 100495	蔵 ミニミニ納豆 仲村米穀商事 30g × 3個 ●10日 (届日含め約7日) 毎週 100434 AC週 100439 BD週 100440	乳製品 YOGURT	蔵 スライスチーズ 126g (7枚) ●1年 毎週 100674 AC週 100679 BD週 100680	蔵 とろけるスライスチーズ 126g (7枚) ●9ヵ月 毎週 100681 AC週 100686 BD週 100687
蔵 プレーンヨーグルト 470g ●15日 (届日含め約5日) 毎週 100580 AC週 100585 BD週 100586	蔵 プレーンヨーグルト 生乳100% 450g ●21日 (届日含め約9日) 毎週 101807 AC週 101819 BD週 101840	蔵 プレーンヨーグルト 脂肪0 450g ●15日 (届日含め約5日) 毎週 100618 AC週 100623 BD週 100624	蔵 フルーツヨーグルト 450g ●14日 (届日含め約5日) 毎週 100559 AC週 100564 BD週 100565	蔵 甘さすっきり生乳ヨーグルト 450g ●21日 (届日含め約9日) 毎週 100625 AC週 100630 BD週 100631	蔵 きょうの鉄分葉酸ヨーグルト 75g × 6個 ●19日 (届日含め約9日) 毎週 101731 AC週 101732 BD週 101764
蔵 ヨーグルト e 75g × 6個 ●18日 (届日含め約7日) 毎週 100566 AC週 100571 BD週 100572	蔵 企画が中止になりました ●18日 (届日含め約7日) 毎週 AC週 BD週	蔵 バニラヨーグルト 日本ルナ 100g × 6個 ●25日 (届日含め約13日) 毎週 100611 AC週 100616 BD週 100617	蔵 毎朝快調ヨーグルト チチヤス 80g × 8個 ●22日 (届日含め約10日) 毎週 100601 AC週 100606 BD週 100607	蔵 毎朝快調ヨーグルト 低糖質 チチヤス 80g × 8個 ●22日 (届日含め約10日) 毎週 101775 BD週 100610	蔵 のむヨーグルト 900g ●15日 (届日含め約5日) 毎週 100573 AC週 100578 BD週 100579

●商品価格は、お届け週のカatalog掲載価格となります。

凍 冷凍でお届けします。

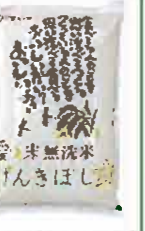
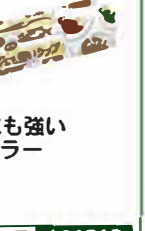
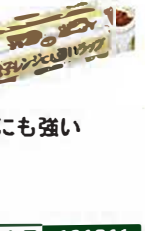
蔵 冷蔵でお届けします。

5

蔵 プリン 70g×3個 ●18日（属日含め約7日） 毎週 101691 AC週 101692 BD週 101693	蔵 すくすくこども乳酸菌 65ml×10本 ●16日（属日含め約6日） 毎週 100552 AC週 100557 BD週 100558	蔵 1本 R-1ドリンク 沖縄明治乳業 112ml ●17日（属日含め約7日） 毎週 100632 AC週 100637 BD週 100638	蔵 ケース R-1ドリンク 沖縄明治乳業 112ml×12本 ●17日（属日含め約7日） 毎週 100660 AC週 100665 BD週 100666	蔵 1本低糖 R-1ドリンク 沖縄明治乳業 112ml ●17日（属日含め約7日） 毎週 100639 AC週 100644 BD週 100645	蔵 ケース低糖 R-1ドリンク 沖縄明治乳業 112ml×12本 ●17日（属日含め約7日） 毎週 100653 AC週 100658 BD週 100659
蔵 LG21 低糖ドリンク 沖縄明治乳業 112ml ●17日（属日含め約7日） 毎週 100646 AC週 100651 BD週 100652	蔵 1本明治 PA-3ドリンク 沖縄明治乳業 112ml ●17日（属日含め約7日） 毎週 101689 AC週 101690	蔵 明治 プロビオR-1 沖縄明治乳業 112g ●17日（属日含め約7日） 毎週 101769 AC週 101770	蔵 （低脂肪）明治 プロビオR-1 沖縄明治乳業 112g ●17日（属日含め約7日） 毎週 101771 AC週 101772	蔵 明治プロビオ LG21 沖縄明治乳業 112g ●17日（属日含め約7日） 毎週 100667 AC週 100672 BD週 100673	卵・牛乳
蔵 産直白たまご（MS玉） JAおきなわ MS玉10個・550g （採卵後約4日でお届け） 毎週 100737 AC週 100742 BD週 100743	蔵 産直白たまご（M玉） JAおきなわ M玉10個・610g （採卵後約4日でお届け） 毎週 100688 AC週 100693 BD週 100694	蔵 産直白たまご（L玉） JAおきなわ L玉10個・670g （採卵後約4日でお届け） 毎週 100709 AC週 100714 BD週 100715	蔵 産直たまご10個 沖縄市養鶏団地組合 L.M.MS混み10個 （採卵後約4日でお届け） 毎週 100716 AC週 100721 BD週 100722	蔵 産直たまご6個 沖縄市養鶏団地組合 L.M.MS混み6個入 （採卵後約4日でお届け） 毎週 100723 AC週 100728 BD週 100729	蔵 産直やんばる 赤たまご10個 JAおきなわ 2L.L.M.MS.S混み10個 （採卵後約4日でお届け） 毎週 100702 AC週 100707 BD週 100708
蔵 産直やんばる 赤たまご8個 JAおきなわ 2L.L.M.MS.S混み8個 （採卵後約4日でお届け） 毎週 AC週 BD週	蔵 産直やんばる 赤たまご4個 JAおきなわ 2L.L.M.MS.S混み4個 （採卵後約4日でお届け） 毎週 AC週 BD週	蔵 ヨード卵・光 前田鶏卵 6個 ●属日含め約9日 A週 100747 C週 100748 AC週 100749	蔵 コープ牛乳 946ml ●16日（属日含め約7日） 毎週 100772 AC週 100777 BD週 100778	蔵 コープ牛乳 （阿蘇山麓） 200ml×6本 ●16日（属日含め約7日） 毎週 100800 AC週 100805 BD週 100806	蔵 コープ牛乳 （阿蘇山麓） 200ml ●16日（属日含め約7日） 毎週 100807 AC週 100812 BD週 100813
蔵 コープ牛乳 （阿蘇山麓） 500ml ●16日（属日含め約7日） 毎週 100793 AC週 100798 BD週 100799	蔵 コープ牛乳 《キャップ式》 1000ml ●16日（属日含め約7日） 毎週 100786 AC週 100791 BD週 100792	蔵 EM玉城牧場牛乳 （有）イーエム玉城牧場牛乳 946ml ●6日（属日含め約4日） 毎週 100849 AC週 100854 BD週 100855	蔵 阿蘇山麓2.0 1000ml ●16日（属日含め約7日） 毎週 100765 AC週 100770 BD週 100771	蔵 デーリー 霧島山麓牛乳 デーリー 1000ml ●90日 A 週 100764	蔵 低温殺菌宮平牛乳 宮平乳業 946ml ●7日（属日含め約4日） 毎週 100842 AC週 100847 BD週 100848
蔵 低脂肪牛乳1.4 1000ml ●13日（属日含め約5日） 毎週 100750 AC週 100755 BD週 100756	蔵 カル鉄 ライフ 1000ml ●14日（属日含め約6日） 毎週 100779 AC週 100784 BD週 100785	蔵 アカディ 雪印メグミルク 900ml ●15日（属日含め約5日） 毎週 100757 AC週 100762 BD週 100763	蔵 健骨家族 沖縄明治乳業 946ml ●10日（属日含め約6日） 毎週 100828 AC週 100833 BD週 100834	蔵 明治赤箱 沖縄明治乳業 946ml ●10日（属日含め約6日） 毎週 100835 AC週 100840 BD週 100841	蔵 骨元気 脂肪O（ゼロ） 沖縄森永乳業 946ml ●15日（属日含め約10日） 毎週 100821 AC週 100826 BD週 100827
パン	小さな そふと 食パン （4枚） 第一パン 4枚 ●5日（属日含め約4日） 毎週 101859 AC週 101860 BD週 101861	小さな そふと 食パン （6枚） 第一パン 6枚 ●5日（属日含め約4日） 毎週 101862 AC週 101863 BD週 101864	小さな そふと 食パン （8枚） 第一パン 8枚 ●5日（属日含め約4日） 毎週 101865 AC週 101866 BD週 101867	6枚） こきげん 食パン オキコ 6枚 ●5日（属日含め約4日） 毎週 101221 AC週 101226 BD週 101227	8枚） こきげん 食パン オキコ 8枚 ●5日（属日含め約4日） 毎週 101214 AC週 101219 BD週 101220
6枚） ふすま入り 食パン オキコ 6枚 ●5日（属日含め約4日） 毎週 101200 AC週 101205 BD週 101206	8枚） ふすま入り 食パン オキコ 8枚 ●5日（属日含め約4日） 毎週 101207 AC週 101212 BD週 101213	6枚） 超熟 食パン オキコ 6枚入 ●5日（属日含め約4日） 毎週 101228 AC週 101233 BD週 101234	8枚） 超熟 食パン オキコ 8枚入 ●5日（属日含め約4日） 毎週 101235 AC週 101240 BD週 101241	おはよー レーズン食パン 6枚 ●5日（属日含め約4日） 毎週 101776 AC週 101777 BD週 101778	凍 石窯くるみ ロール タカキベーカリー 208g（4個） ●6カ月 毎週 101186 AC週 101191 BD週 101192

●商品パッケージ・規格・内容は、本カatalog作成時の情報の為、変更になる場合があります。

石窯レーズン&くるみロール タカキベーカリー 213g (4個) 賞6ヵ月 毎週 101179 AC週 101184 BD週 101185	サンドイッチロール (株)くしけん 6本 賞5日 (賞日含め約4日) 毎週 101193 AC週 101198 BD週 101199	モーニングクロワッサン 8個 賞45日 (製造後の15日後までお届け) 毎週 101172 AC週 101177 BD週 101178	バターが薫るふんわりクロワッサン 10個 賞45日 (製造後の15日後までお届け) 毎週 101832 AC週 101834 BD週 101835	調味料	米麦あわせみそ 1kg 賞150日 毎週 100929 A週 100930 AC週 100934 BD週 100935
あわせみそマイルド 750g (カップ容器) 賞150日 毎週 100943 A週 100944 AC週 100948 BD週 100949	マヨネーズ(全卵タイプ) 400g 賞7ヵ月 毎週 100957 D週 100958 BD週 100959	ふかひれスープ 180g (3~4人前) 賞2年 毎週 100960 A週 100961 AC週 100965 BD週 100966	乾物・缶詰	荒節削り 180g 賞1年 毎週 100870 A週 100871 AC週 100875 BD週 100876	卓上ぱりぱりのり 兼名海苔店 8切40枚 賞8ヵ月 毎週 100863 A週 100864 AC週 100868 BD週 100869
ぱりぱりのり詰替用(味付け海苔) 兼名海苔店 (10切) 60枚 賞6ヵ月 毎週 100877 A週 100878 AC週 100882 BD週 100883	ポークランチョンミート 200g 賞3年 毎週 100908 A週 100909 AC週 100913 BD週 100914	おいしい雑穀十五穀 20g×10袋 賞1年 毎週 100856 D週 100857 BD週 100858	鮭フレーク 55g×2 賞1年 毎週 100888 A週 100889 AC週 100893 BD週 100894	コープのあんさんずー 140g 賞6ヵ月 毎週 100922 A週 100923 AC週 100927 BD週 100928	十勝産スイートコーン 180g×3缶 賞3年 毎週 101766 AC週 101767 BD週 101768
ライトツナフレーク(かつお油無添加) 70g×3缶 賞3年 A週 100885 C週 100886 AC週 100887	飲料	アイスコーヒー甘さひかえめ 1L 賞40日 毎週 101062 AC週 101067 BD週 101068	アイスコーヒー無糖 1L 賞40日 毎週 101069 AC週 101074 BD週 101075	チルドアップルジュース 1L 賞15日 (賞日含め約7日) 毎週 101048 AC週 101053 BD週 101054	チルドオレンジジュース 1L 賞15日 (賞日含め約7日) 毎週 101090 AC週 101095 BD週 101096
野菜果実ジュース 1L 賞40日 毎週 101104 A週 101105 AC週 101109 BD週 101110	野菜がおいしい! 日分 200ml×12本 賞9ヵ月 毎週 101836 B週 101837 AC週 101838 BD週 101839	国産調製豆乳 1L 賞150日 毎週 101097 A週 101098 AC週 101102 BD週 101103	国産大豆の無調整豆乳 1L 賞150日 毎週 101868 B週 101869 AC週 101870 BD週 101871	豆腐もできます有機豆乳 めいらく 900ml 賞90日 毎週 100986 A週 100987 AC週 100991 BD週 100992	九州産成分無調整豆乳 ふくれん 1L 賞120日 毎週 101055 A週 101056 AC週 101060 BD週 101061
ケース) 麦芽豆乳飲料 マルサンアイ 200ml×24本 賞6ヵ月 毎週 101031 A週 101032 AC週 101036 BD週 101037	ケース) まるごと大豆麦芽ココア 125ml×12本 賞120日 毎週 101045 D週 101046 BD週 101047	抹茶入り玄米茶 200g 賞9ヵ月 毎週 101000 A週 101001 AC週 101005 BD週 101006	おいしい水志布志 2L 賞2年 毎週 101014 D週 101015 BD週 101016	2Lケース) おいしい水志布志 2L×6本 賞2年 毎週 101017 A週 101018 AC週 101022 BD週 101023	2Lケース) ラベルのない水あずみ野 2L×6本 賞2年 毎週 101854 A週 101855 AC週 101856
500mlケース) ただの炭酸水 500ml×24本 賞6ヵ月 毎週 101008 A週 101008 AC週 101013 BD週 101013	2Lケース) ラベルのない久米島のやさしい水 2L×6本 賞2年 毎週 101824 C週 101821 AC週 101823 BD週 101823	500mlケース) ラベルのない久米島のやさしい水 500ml×24本 賞2年 毎週 101824 B週 101825 AC週 101823 BD週 101823	2Lケース) 緑茶 2L×6本 賞9ヵ月 毎週 101008 A週 101039 AC週 101013 BD週 101044	彩果菜園フルーティーアップル 1L 賞9ヵ月 毎週 101083 A週 101084 AC週 101088 BD週 101089	ケース) りんごカル 125ml×12本 賞120日 毎週 101024 A週 101025 AC週 101029 BD週 101030
ミックスキャロット 1L 賞9ヵ月 毎週 101828 B週 101829 AC週 101830 BD週 101831	ミックスキャロット125ml 125ml×12本 賞6ヵ月 毎週 101786 A週 101789 AC週 101787 BD週 101788	ミックスキャロット200ml 200ml×12本 賞6ヵ月 毎週 101844 C週 101845 AC週 101846 BD週 101847	赤ワインやや辛口 720ml B週 100984	お米ほか	玄米(熊本ひのひかり) 2kg 賞7日 毎週 101761 A週 101762 AC週 101763

 無洗米 胚芽精米 熊本産 ひのひかり 5kg 27品目無 毎週 101755 A週 101756 AC週 101757	 熊本産 ひのひかり 第一食糧株式会社 5kg 毎週 101148 A週 101149 AC週 101153 BD週 101154	 熊本産 ひのひかり 第一食糧株式会社 3kg 毎週 101138 A週 101139 AC週 101143 BD週 101144	 無洗米 北海道 げんきぼし 沖縄食糧株式会社 5kg 毎週 101165 A週 101166 AC週 101170 BD週 101171	 北海道 げんきぼし 沖縄食糧株式会社 5kg 毎週 101800 A週 101801 AC週 101802 BD週 101803	 BG無洗米 熊本産 ひのひかり 沖縄食糧株式会社 5kg 毎週 101158 A週 101159 AC週 101163 BD週 101164
 BG無洗米 熊本産 ひのひかり 沖縄食糧株式会社 3kg 毎週 101131 A週 101132 AC週 101136 BD週 101137	 岩手 ひとめぼれ 5kg 毎週 101117 A週 101118 AC週 101122 BD週 101123	 無洗米 岩手ひとめぼれ 5kg 毎週 101124 A週 101125 AC週 101129 BD週 101130	 北海道産 ゆめぴりか 第一食糧株式会社 5kg 毎週 101676 A週 101677 AC週 101678 BD週 101679	 北海道産 ゆめぴりか 第一食糧株式会社 3kg 毎週 101680 A週 101681 AC週 101682 BD週 101683	 芯無し ユイロール シングル 130m×6ロール 毎週 101308 A週 101309 AC週 101313 BD週 101314
 芯無し ユイロール ダブル 65mW×6ロール 毎週 101301 A週 101302 AC週 101306 BD週 101307	 ユイロール シングル 110m×6ロール 毎週 101329 A週 101330 AC週 101334 BD週 101335	 ユイロール ダブル 40mW×6ロール 毎週 101322 A週 101323 AC週 101327 BD週 101328	 やわらか ワンタッチ ダブル 65m6R W65m×6ロール 毎週 101357 A週 101358 AC週 101362 BD週 101363	 やわらか ワンタッチ シングル 130m6R S130m×6ロール 毎週 101350 A週 101351 AC週 101355 BD週 101356	 街かどの 花屋さん 沖縄日野出株式会社 30mW×12R 毎週 101315 A週 101316 AC週 101320 BD週 101321
 板切り紙花笠 昭和製紙 1200枚 8週 101336	 キッチン タオル 4ロール 120カット×4ロール 毎週 101644 A週 101645 AC週 101649 BD週 101650	 ティッシュ 200W×5P 毎週 101343 A週 101344 AC週 101348 BD週 101349	 電子レンジにも強い ラップレギュラー 30cm×50m 毎週 101812 A週 101815 AC週 101813 BD週 101814	 電子レンジにも強い ラップミニ 22cm×50m 毎週 101808 A週 101811 AC週 101809 BD週 101810	 いつもくんの ご登録をお待ちして おります！ Co-op

地域指定ゴミ袋

名護市 10枚 ゴミ袋 (30L) 毎週 101462 A週 101463 AC週 101467 BD週 101468	名護市 10枚 ゴミ袋 (20L) 毎週 101420 A週 101421 AC週 101425 BD週 101426	名護市 10枚 ゴミ袋 (10L) 毎週 101413 A週 101414 AC週 101418 BD週 101419	うるま市 10枚 もやせるゴミ袋大 毎週 101427 A週 101428 AC週 101432 BD週 101433	うるま市 10枚 もやせるゴミ袋中 毎週 101434 A週 101435 AC週 101439 BD週 101440	うるま市 10枚 資源ゴミ袋中 毎週 101441 A週 101442 AC週 101446 BD週 101447
沖縄市 10枚 もやせるゴミ袋大 毎週 101602 A週 101603 AC週 101607 BD週 101608	沖縄市 10枚 もやせるゴミ袋中 毎週 101609 A週 101610 AC週 101614 BD週 101615	北谷町 10枚 指定ゴミ袋大 毎週 101371 A週 101372 AC週 101376 BD週 101377	北谷町 10枚 指定ゴミ袋中 毎週 101378 A週 101379 AC週 101383 BD週 101384	宜野湾市 10枚 指定ゴミ袋大 毎週 101630 A週 101631 AC週 101635 BD週 101636	宜野湾市 10枚 指定ゴミ袋中 毎週 101539 A週 101540 AC週 101544 BD週 101545
宜野湾市 10枚 指定ゴミ袋小 毎週 101637 A週 101638 AC週 101642 BD週 101643	浦添市 10枚 燃えるゴミ袋大 毎週 101560 A週 101561 AC週 101565 BD週 101566	浦添市 10枚 燃えるゴミ中 毎週 101546 A週 101547 AC週 101551 BD週 101552	浦添市 10枚 燃えないゴミ袋大 毎週 101553 A週 101554 AC週 101558 BD週 101559	那覇市 10枚 もやすゴミ袋大 毎週 101532 A週 101533 AC週 101537 BD週 101538	那覇市 10枚 もやすゴミ袋中 毎週 101483 A週 101484 AC週 101488 BD週 101489
那覇市 10枚 もやすゴミ袋小 毎週 101476 A週 101477 AC週 101481 BD週 101482	那覇市 10枚 もやさないゴミ小 毎週 101525 A週 101526 AC週 101530 BD週 101531	八重瀬町 10枚 燃えるゴミ袋 (大) 毎週 101497 A週 101498 AC週 101502 BD週 101503	八重瀬町 10枚 燃えるゴミ袋 (中) 毎週 101504 A週 101505 AC週 101509 BD週 101510	南城市 10枚 もやせるゴミ袋大 毎週 101448 A週 101449 AC週 101453 BD週 101454	南城市 10枚 もやせるゴミ袋中 毎週 101469 A週 101470 AC週 101474 BD週 101475
南風原町 10枚 もやせるゴミ袋大 (取手付) 毎週 101616 A週 101617 AC週 101621 BD週 101622	与那原町 10枚 燃えるゴミ袋大 毎週 101779 A週 101780 AC週 101784 BD週 101785	豊見城市 10枚 もやせるゴミ袋大 毎週 101385 A週 101386 AC週 101390 BD週 101391	豊見城市 10枚 もやせるゴミ袋大 (取手付き) 毎週 101490 A週 101491 AC週 101495 BD週 101496	豊見城市 10枚 もやせるゴミ袋中 毎週 101392 A週 101393 AC週 101397 BD週 101398	恩納村 10枚 燃やせるごみU型大 毎週 101735 A週 101736 AC週 101740 BD週 101741
嘉手納町 10枚 もやせるごみ大 毎週 101742 A週 101743 AC週 101747 BD週 101748	糸満市 10枚 可燃用ゴミ袋大 毎週 101567 A週 101568 AC週 101572 BD週 101573	糸満市 10枚 可燃用ゴミ袋中 毎週 101574 A週 101575 AC週 101579 BD週 101580	宮古島市 10枚 可燃用ゴミ袋大 毎週 101511 A週 101512 AC週 101516 BD週 101517	宮古島市 10枚 可燃用ゴミ袋中 毎週 101518 A週 101519 AC週 101523 BD週 101524	販売価格は 各市町村指定の 価格になります。



いつもくんの登録や修正がeフレンズ(ネット注文)でもっとカンタン!

eフレンズからの登録方法

事前にコープ九州eフレンズ会員登録が必要となります。

スマートフォン
の方は
こちらから



〈登録方法〉

▼アプリトップの画面です

①コープ
プラスの
「お買い物
トップ」



②「いつもくん
登録設定は
こちら」



③「新規登録
はコチラ」
を押す



④いつもくん
専用のWeb
カタログが
開きます



「登録済み商品の確認・変更」タブから
「数量変更」や「解除」もカンタンにできます!

登録番号を直接タップすると確認画面が出てきます。
登録数量を入力して「注文する」を押せば登録完了です!

eフレンズの新規登録のしかた

パソコンから

「eフレンズ九州」を検索します

eフレンズ九州 検索

eフレンズログイン(PC)

ログイン画面の少し下の方の「新規会員登録(無料)」を押します。

eフレンズのご利用に関する規定に同意の上eフレンズ会員登録をする

スマホから

▼ダウンロードはこちら▼

App Store

Google play



タブレットでもOK!
「コーププラス」でも検索できます。

アプリを先にインストールしても、アプリだけではログイン
できません。「eフレンズの新規登録」をし、会員コード、パ
スワードを入力してください。

アプリを取得し
初期設定すれば、
毎回パスワードを入力
しないでログインできます。



コーププラスのログインのしかた

CO-OP+

まずはアプリにログイン!
eフレンズ九州に登録済みの方は
すぐにログインできます。

eフレンズ九州未登録の方は新規会員登録(無料)へ

ステップ1 利用規約に同意

「利用規約に同意して登録」をタップ。

ステップ2 必須事項を入力

画面に沿って必要事項を入力してください。
※入力した会員コードとパスワードは、アプリのロ
グイン時に必要ですので控えておくで便利です。

ステップ3 コーププラスアプリにログイン!

eフレンズ九州登録完了後、ログイン画面に戻り、会員
コードとパスワードを入力してログインしてください。

注文書への記入(登録・変更)

①いつもくん登録・解除のしかた

いつもくん保存版チラシの中から、登録したい商品のサイクル(届ける間隔)の
6ケタ番号(登録番号)を選び、注文番号記入欄に注文番号、注文数を記入します。

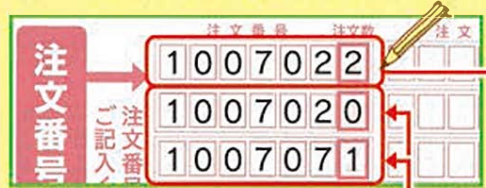
例1 登録
登録番号100702
注文数「1」で、毎週
赤たまごが1個届き
ます。



例2 解除
登録番号を記入し、
注文数に「0」を記入
すると解除できます。



②いつもくん登録の変更のしかた(数量・サイクル)



例1.登録の数量を1個
→2個に変更したい場合
現在の登録番号100702と
注文数「2」と記入します。
次回からたまごが2個届
きます。

例2.サイクル(間隔)を変更したい場合

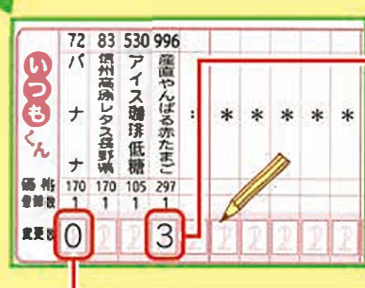
登録番号100702と注文数「0」を記入して解除します。
次に登録したいサイクルの番号「A・C週」100707「1」と記入します。
次回から赤たまごが毎週ではなく、A週に1個・C週に1個届きます。

いつもくんの
記入方法



来週のみ数量変更・お休みもカンタン!

①来週だけ数量を変えて届けてほしい場合



例 「産直やんばる赤たまご」を来週
だけ1個から3個に変更して届けて
ほしい場合は、「変更数」の欄に
「3」と記入してください。

例 来週「バナナ」だけお休みしたい場
合は「0」個と記入してください。

②来週だけすべての商品をお休みしたいとき



※解除はされませんので、お休みした
翌週から商品が届きます。