



## 夕食宅配

塩分・カロリー・栄養バランスが気になる方におすすめ!  
日替わりメニューで、週3日以上からお届けします。

お届け時間  
12時～18時の  
間にお届けします  
月～金のうち、週3日以上から  
ご利用いただけます。

ボリューム  
満点

### 虹のげんき食

栄養バランスに配慮しました。  
おかずいっぱいのお食事を  
毎日楽しめます。

1食あたり  
(週平均)  
カロリー基準  
**350kcal**  
塩分基準  
**3.0g以下**

献立例/  
アジの西京焼

1食あたり  
税込  
価格 **600円**

おかず **6～7種類**

塩分  
カロリー  
控えめ

### 健康バランス食

塩分とカロリーを控えめした。  
栄養バランスの取れた食事を  
毎日続けられます。

献立例/  
グリルチキン  
～黒酢風味～

1食あたり  
(週平均)  
カロリー基準  
**250kcal**  
塩分基準  
**2.5g以下**

1食あたり  
税込  
価格 **550円**

おかず **5～6種類**

#### 夕食宅配 ご利用のながれ

月～金のうち、3日以上のお届け  
からご利用いただけます。

1 職員がお伺いして、  
説明と受付をします。  
コープあおも  
りにご加入の際は、  
出資金1,000円を  
お預かりします。



2 月曜日までのお手続き  
で、翌週月曜日からお  
届けできます。  
お留守の場合は、  
専用保冷箱に入れ  
てお届けします。



3 20日締めで、翌月5日  
に登録口座から引き落  
としとなります。  
加入前のお試し利  
用代金は、利用受付  
時に集金します。



■お申込み コープあおもり  
お問い合わせは 配食サービスセンター

フリーダイヤル  
**0120-102-705**

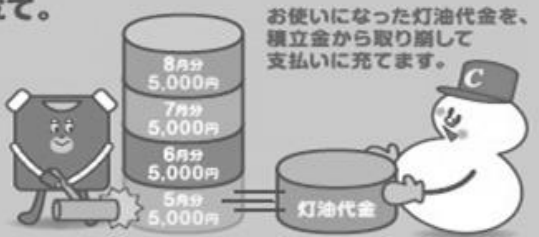
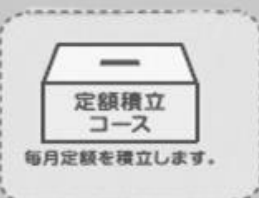
## 生協灯油からのお知らせ

\*組合員の方ならどなたでもご利用いただけます。

灯油積立

次の冬シーズンのために  
灯油積立を始めませんか!!

冬の灯油代を今からコツコツ積み立て。



お使いになった灯油代金を、  
積立金から取り崩して  
支払いに充てます。

◇灯油積立は、毎月5日に登録口座より引き落としとなったものが積み立てされます。  
(口座引き落とし日が、土曜・日曜・祝日の場合は、翌営業日となります。)  
◇お申込みの金額を変更するまで、ご記入の金額で積立を続ける事ができます。  
◇灯油積立・新規灯油配達特典は、電話でのお問い合わせをお願い致します。  
◇申込書は、宅配センターの組合員担当または、店舗サービスカウンターへお申し込み下さい。  
※個人情報、灯油に関する目的以外には使用いたしません。

灯油ご注文は、  
フリーダイヤルで  
OK!!

新規灯油利用の申込は、  
お電話または、下記の  
二次元コードからどうぞ



新規初回2円(税込)  
値引き特典がお得。

留守電も24時間受付中

青森灯油センター

**0120-017-764**

弘前灯油センター

**0120-170-446**

八戸灯油センター

**0120-808-061**

キリトリ線

お申込日 2024年 月 日 「新規灯油積立」申込書

組合員コード 班名 組合員名

☐ 毎月 円 を 月の口座引き落としから積立します。

\*生協記入: 預かり日 / 受付事業所コード 担当コード ◎事業所 ⇒各灯油センター行き (4/3週)

■ 商品の注文、お届け、請求についてのお問い合わせ先 ■ ( 受付時間 / 月～金 8:30～18:45 )

青森センター 0120-373-122 弘前センター 0120-084-466 八戸センター 0120-286-003  
むつセンター 0120-122-373 浪岡センター 0120-280-091 十和田センター 0120-126-236



《毎月 1,000 円からできる、葬儀のための事前の積立》

## 「まごころ積立」にご加入しませんか？

2023 年度の「コープ葬」1 件あたりの平均費用は、約 77 万円でした(お布施等を除く)。

「まごころ積立」に

ご加入いただいている

組合員様の声(一部抜粋)

◆積立金が充分でしたので、負担したお金も少なくてビックリでした。長い間積み立ててきた事が、こんなにも役に立てたんだと満足しています。

◆(コープ葬の「コース」の場合)割引もつくので、ありがたいですね。

### 事前相談

受付しています



ご加入された方は、下記特典が受けられます(コープ葬「基本コース」の場合)

- ①コース基本料金から、2%割引いたします。
- ②香典返し品の代金から、5%割引いたします(お米券・カタログギフト等は除きます)。
- ③一周忌に、仏壇用生花一对を無料でお届けいたします。



お問い合わせ:コープ葬祭センター 0120-16-1812

月～金曜日 9:00～17:00 (葬儀は 24 時間・年中無休で受付しております)

## ピアノ調律

ピアノ調律技能士  
(国家資格)

阿部ピアノ工房

にお任せください。

＜組合員価格＞

| 種類     | 本体価格    | 価格(税込)  |
|--------|---------|---------|
| アップライト | 12,000円 | 13,200円 |
| グランド   | 15,000円 | 16,500円 |

|             |        |        |
|-------------|--------|--------|
| 乾燥剤 500g*2個 | 3,000円 | 3,300円 |
|-------------|--------|--------|

※修理が必要な場合は、別料金となります。

ピアノ調律申込番号(あおもり) 287844

【お申込みは】注文用紙に上記番号をご記入いただくか、サービス事業センターまでご連絡ください。

＜組合員特典＞

A キークリン

B キーカバー

\*A～Dの特典一つをお選びください。Cについては、対応できない場合がございます。

C インシュレーター

D 防虫剤

良かったわ～。

丁寧な対応で気持ちよく調律していただきました。料金が分かっていて安心。ピアノが生き返ったように響いています。

★「ピアノ買取り」もお任せください。



買取希望の組合員様は、ピアノの天板に書かれているピアノの型番をお知らせ下さい。

お支払い方法 提携先に直接

お申し込み  
お問い合わせは

コープあおもりサービス事業センター  
0120-540-502

受付時間/午前9時～  
午後5時(土・日定休)

布団丸洗い 集配無料! 午後6時まで

●布団丸洗い3枚セット限定!!

9,800円

電話受付:8月2日(金)まで!  
(税込)

綿・羊毛・羽毛 Sシングル組合せ自由

敷き・掛けどちらでも!

\*シルク製品は、対象外となります。

セミダブル・ダブルは、  
1点1,000円増しとなります。

防ダニ加工

＜組合員価格＞

3枚2,000円(税込)

ふとん集配無料!!



OCR申込番号 287538

\*OCR記入は、7月26日(金)までとなります。

OCR注文書提出後、1週間以内にご連絡いたします。

■:提携店 有限会社ツルヤ

お支払い方法 提携先に直接

★下北地域につきましては、別料金となりますのでご相談ください。

■:提携店 有限会社 キクチクリーニング

お申し込み  
お問い合わせは

コープあおもりサービス事業センター  
0120-540-502

受付時間/午前9時～  
午後5時(土・日定休)