

霜月

二〇二六年 十一月



十二月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

日	月	火	水	木	金	土
1 赤口 コープの日 全品5%OFF コープマネーチャージの日	2 先勝 シルバーサービスデー 野菜・果物の日 冷凍食品の日 和菓子の日	3 友引 文化の日 パンの日	4 先負 ミンチの日	5 仏滅 たまごの日	6 大安 缶詰の日	7 赤口 立冬 お米の日
8 先勝 コープマネーチャージの日	9 仏滅 シルバーサービスデー 野菜・果物の日 冷凍食品の日 和菓子の日	10 大安 パンの日	11 赤口 いいもの！買っとコープ ワンワンデー ミンチの日	12 先勝 ※チラシの新聞折込はありません。 たまごの日	13 友引 缶詰の日	14 先負 お米の日
15 仏滅 七五三 コープの日 全品5%OFF コープマネーチャージの日	16 大安 シルバーサービスデー 野菜・果物の日 冷凍食品の日 和菓子の日	17 赤口 パンの日	18 先勝 ミンチの日	19 友引 ボジョレー・ヌーヴォー解禁日 たまごの日	20 先負 缶詰の日	21 仏滅 お米の日
22 大安 ニャンニャンデー コープマネーチャージの日	23 赤口 勤労感謝の日 シルバーサービスデー 野菜・果物の日 冷凍食品の日 和菓子の日	24 先勝 パンの日	25 友引 ミンチの日	26 先負 CO・OP共済 掛金引き落とし日 たまごの日	27 仏滅 わいワイ！Friday あいテレビ／15:49～17:50 番組内にて、余戸店登場！(予定) ＼ワインの日／ 週末 ワインを楽しむ おうちバル 缶詰の日	28 大安 お米の日
29 赤口 コープマネーチャージの日	30 先勝 ●コープの冬ギフト 早割特典締め切り日 ●コープのおせち 早割予約締め切り日 シルバーサービスデー 野菜・果物の日 冷凍食品の日 和菓子の日	1	2	3	4	5

コープマネーチャージの日　チャージ金額の2%分をプレゼント! ※コープマネーはコープえひめ専用電子マネーの愛称です。

シルバーサービスデー　65歳以上の組合員さんは全品5%OFF! ※事前登録が必要です。

コープえひめ

お店のチラシはこちらから　トクバイ

＼お知らせ／ 2027年1月から店頭でのカレンダー配布はなくなりますが、コープアプリで引き続きご覧いただけます。

おっトク情報!

Good deal Information

＼今年も／

三陸・常磐のうめぇもんが届きました!

11/30MON まで!

三陸産・常磐産もうめぇん!キャンペーン

昨年好評だったうめぇもんキャンペーンを、今年もコープえひめのお店で開催しています。人気のブランド魚の他に、おいしい加工品も増えました。この機会にぜひ味わってください。



水産バイヤーの推しはコレだっ!



ひと口食べると、鮭の旨味がじゅわっ!! ほどよい塩気でご飯が止まらない美味しさです。

宮城県産塩銀鮭切身「銀王」
養殖から加工まで自社で一貫生産!
安全・安心の銀鮭。



薫焼きならではの香ばしい香り! かつおの旨味が口いっぱいに広がります。薬味と食べるのももちろんですが、塩が私のおすすめ!!

宮城県(太平洋)産他薫焼きカツオたたき
一本釣りの7kgもの!昨年も大人気!!


味見してきました!

水産バイヤー

デリッシュキッチン ＼OSUSUME RECIPE／ 〈お魚大好き編〉

白だしで簡単!
鮭の炊き込みご飯

塩鮭としめじのシンプルな炊き込みご飯のレシピです。白だしで簡単に味が決まります!

材料【4人分(5.5合炊き炊飯器)】

- 米(吸水済み)……2合
- 塩鮭[甘口]……2切れ(160g)
- しめじ……1パック(100g)
- 酒……大さじ1
- 白だし……大さじ2
- 水……適量

【仕上げ用】

- 大葉……4枚

作り方

1. しめじは根元を切り落とし、ほぐす。大葉は軸を切り落とし、千切りにする。
2. 炊飯器の内釜に米、酒、白だし、水を2合の目盛りまで入れて混ぜ、米を平らにならす。塩鮭、しめじをのせて広げ、通常炊飯する。
3. 炊き上がったら鮭は皮と骨を取り除き、さっくりと混ぜる。器に盛り、大葉をのせる。

＼レシピを動画でチェック!／


だしの香りと鮭の旨みがマッチ!

ほっとあたたまる♪
石狩汁

北海道の郷土料理、石狩鍋を味噌汁にした石狩汁のレシピをご紹介!鍋よりも気軽にお楽しみいただけます♪石狩鍋のように山椒を散らすのもおすすめです。

＼レシピを動画でチェック!／



旨味を閉じ込めて♪
たらのみそマヨホイル焼き

たらを使ったホイル焼きをご紹介!みそとマヨネーズを使ったこくうまソースと淡白なたらが相性抜群です!アルミホイルで包んであとはトースターにお任せ♪

＼レシピを動画でチェック!／



コープえひめ

営業時間 午前9時30分～午後9時
コープ松山三越 午前10時～午後8時

松山	
コープ余戸	0120-464-744
コープ久米	0120-874-744
コープ束本	0120-574-744
コープひさえだ	0120-854-744
コープ三津	0120-965-520
コープ松山三越	0120-663-667
四国中央	
コープ土居	0120-696-477
今治	
コープ喜田村	0120-804-744
コープ今治	0120-605-477
新居浜	
コープ金子	0120-608-477
コープ神郷	0120-609-477
コープ中萩	0120-615-477
コープ山根	0120-675-477

※コープ今治は店舗改装のため休業しております。