

利用
登録

いつもくん

■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。



カロリーを気にせず、毎朝おいしい牛乳を飲む喜びを感じます。組合員さんからは「低脂肪乳とは思えないくらい味が濃くておいしい!」との声が多数です!

毎週 390030 蔵
低脂肪乳 228円
1000ml (税込246円)

志免支所
じんば あまみ
神保 麻実



いつもくんの定番商品!
甘口のたれでご飯がすすみます。幅広い世代に大人気!

毎週 390605 蔵
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)

糸島支所
うしろ しんたろう
上野 真太郎

キラリッ!

私たちの おすすめ!



和洋中間わず、どんな料理にも使える万能野菜! **シャキシャキ**食感でとても新鮮、思わず毎週頼みたくなります。

毎週 391105 アマ/高菜
小松菜(福岡・佐賀県産) 98円
150g (税込105円)

筑豊支所
たおみ たかみつ
榎岡 隆光



フレッシュな甘みで、お子さんからおじいちゃんおばあちゃんまで、みんなで食べられます。忙しい朝の朝食にも!

毎週 391103
バナナ(フィリピン産) 158円
480g(3~5本) (税込170円)

大牟田支所
かたし けんいち
黒田 恭平

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 注文書 012-11-012 57- 10年製003

生協 花子 様

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。

3902211

3910003

いつもくんの
お届けは3種類

毎週 月1回
隔週 A B C D

該当する週はカATALOGや注文書に表記しております

週の見方
000000 毎週お届けします
A 週 月に1回 A~D週のいずれかにお届けします
B 週
C 週
D 週
A C 週 週ごとの隔週でお届けします
B D 週

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!!

ココを要チェック!

338円 (税込365円) 10円引

「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!

●農産物は価格の変動があるため、その週のカatalog掲載価格でのお届けとなります。

野菜・くだもの					
<p>産地表示のないものについては、カATALOG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) 480g(3~5本) 158円 (税込170円)</p>	<p>391136 フレンドリーバナナ (フィリピン産) 480g(4~6本) 218円 (税込235円)</p>	<p>391151 甘熟王ゴールドプレミアムバナナ(フィリピン産) 570g(4~6本) 318円 (税込343円)</p>	<p>391116 コープの高原バナナ (フィリピン産) 600g(4~7本) 258円 (税込278円)</p>	<p>391118 有機栽培バナナ (メキシコ産) 500g 298円 (税込321円)</p>
<p>391156 ミニとまと 180g 218円 (税込235円)</p>	<p>391154 とまと 450g(3~5玉) 318円 (税込343円)</p>	<p>391174 キャベツ 1玉 198円 (税込213円)</p>	<p>391217 キャベツ(カット) 1/2玉 138円 (税込149円)</p>	<p>391167 レタス 1玉 198円 (税込213円)</p>	<p>391105 小松菜 (福岡・佐賀県産) 150g 98円 (税込105円)</p>
<p>391125 サラダ野菜セット (山口県産) 55g(3種) 138円 (税込149円)</p>	<p>391127 小原(おばら)さんちのペピーリーフ (熊本県産) 30g 98円 (税込105円)</p>	<p>391170 ブロッコリー 1株 198円 (税込213円)</p>	<p>390667 サラダクラブ千切りキャベツ 130g 100円 (税込108円)</p>	<p>390668 サラダクラブミックスサラダ 100g 100円 (税込108円)</p>	<p>カット済みで、ちょっと使いたいときに便利</p>
<p>391191 ほうれん草 150g 198円 (税込213円)</p>	<p>391184 チンゲン菜 180g 178円 (税込192円)</p>	<p>391177 水菜 (佐賀県産) 150g 138円 (税込149円)</p>	<p>391188 にら 1束 98円 (税込105円)</p>	<p>391108 小ねぎ (佐賀県産) 50g 98円 (税込105円)</p>	<p>391159 なつかしのきゅうり 300g(2~4本) 238円 (税込257円)</p>
<p>391169 人参(洗い) 300g (大小量・2~4本) 98円 (税込105円)</p>	<p>391172 徳用人参(洗い) 700g (大小量) 188円 (税込203円)</p>	<p>391173 人参(土付) 500g (大小量・2~5本) 178円 (税込192円)</p>	<p>391140 なす (福岡県産) 2本 198円 (税込213円)</p>	<p>391182 ピーマン 130g(3~5個) 118円 (税込127円)</p>	<p>391201 たまねぎ 600g (大小量) 238円 (税込257円)</p>
<p>391168 大葉 10枚 98円 (税込105円)</p>	<p>391195 舞茸 (福岡県産) 100g 138円 (税込149円)</p>	<p>391119 ふなしめじ (福岡県産) 180g 98円 (税込105円)</p>	<p>391123 エリンギ (福岡県産) 100g 98円 (税込105円)</p>	<p>391121 えのき茸 (福岡県産) 100g×2袋 98円 (税込105円)</p>	
<p>391138 こだわりアボカド (メキシコ産) 1玉 258円 (税込278円)</p>	<p>391145 生椎茸(園床栽培) (長崎・宮崎県産) 1パック(3~4枚) 98円 (税込105円)</p>	<p>391142 生椎茸(原木栽培) (大分県産) 1パック(3~10枚) 238円 (税込257円)</p>	<p>391100 緑豆もやし(水郷育ち) (大分県産) 200g 48円 (税込51円)</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「えふ」をご確認ください。

練り製品・
豆腐・
納豆

 ちくわ 104g(4本) (税込127円) 毎週 390901 A週 390910 B週 390911	 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) 毎週 390902 A週 390903 B週 390904	 かまぼこ (赤) 80g (税込170円) 毎週 390907 A週 390908 B週 390909	 絹ごしとうふ 300g×2個 (税込157円) 390608	 もめんとうふ 380g (税込147円) 390654
--	---	---	--	---

 もめん豆腐 350g 63円 (税込68円) 390610	 とうふ家族 (国産大豆使用) 320g(4個) 128円 (税込138円) 390615	 絹のとうふ (産地指定大豆) 150g×3個 118円 (税込127円) 390601	 ソフト豆腐 350g 63円 (税込68円) 390609	 木綿とうふ 130g×3個 115円 (税込124円) 390655	 絹ごしとうふ 130g×3個 115円 (税込124円) 390656	 だいたつぷりとうふ (ぼたんグループ大豆) 200g×2個 (税込156円) 390614
--	---	--	--	--	---	--

 ふっくらひらあげ 106g(2枚) 156円 (税込168円) ◎7品目無 (税込168円) 390671	 国産大豆ひきわり納豆 納豆80g(40g×2個入)、 たら2枚 128円 (税込138円) 390672	 国産大豆中粒納豆 40g×3個 (たれ・からし付) 118円 (税込127円) 390603	 国産小粒納豆 納豆120g (40g×3個)、 たら3枚 128円 (税込138円) 390602	 納豆 (甘口たれ付) 納豆160g(40g×4個入)、 たら4枚 118円 (税込127円) 390605	 九州産大豆麦入り納豆 (しそ露布たれ付) 納豆120g(40g× 3個入)、たら3枚 (税込149円) 390676	 紀州南高梅しそ漬 110g ◎7品目無 (税込419円) 390677
--	--	--	--	--	---	---

 紀州南高梅かつお梅 120g ◎7品目無 (税込430円) 390678	 味つけいなりあげ 4枚×2袋 (いなり16個分) 248円 (税込267円) 毎週 390631 A週 390632 B週 390633	 国産大豆使用すしあげ 6枚入 ◎7品目無 (税込138円) 390660	<h1>卵・牛乳</h1>		 産直白たまご 10個(MSからLL型) (税込311円) 288円 毎週 390154 A週 390159 B週 390160
---	--	--	---------------	--	---

 産直赤たまご 10個(MSからLL型) (税込321円) 298円 毎週 390153 A週 390157 B週 390158	 産直さくらたまご 10個(MSからLL型) (税込321円) 298円 毎週 390152 A週 390155 B週 390156	 産直白たまご 6個(MSからLL型) (税込203円) 188円 毎週 390106 A週 390136 B週 390137	 産直赤たまご 6個(MSからLL型) (税込213円) 198円 毎週 390105 A週 390134 B週 390135	 産直さくらたまご 6個(MSからLL型) (税込213円) 198円 毎週 390141 A週 390142 B週 390143	 大山乳業だいせん3.6牛乳 900ml 360円 (税込388円) 390018
---	---	--	--	--	---

 コープ牛乳 (産地指定) 1000ml 268円 (税込289円) 390003	 コープ牛乳 1000ml 248円 (税込267円) 390002	 コープ牛乳 (キャップ式) 1000ml 278円 (税込300円) 390035	 低温殺菌牛乳 (阿蘇山麓) 1000ml 278円 (税込300円) 390014	 下野農協耶馬溪牛乳 1000ml 288円 (税込311円) 390023	 九州乳業特濃ミルク 1000ml 258円 (税込278円) 390033
---	---	--	--	---	---
















 コープ牛乳 (産地指定) 500ml 158円 (税込170円) 390005	 コープ牛乳 ミニ(産地指定) 200ml×6個 408円 (税込440円) 390006	 低脂肪乳 1000ml 228円 (税込246円) 390030	 コープ低脂肪牛乳 1.0% 1000ml 198円 (税込213円) 390011	 カル鉄ライフ 1000ml 208円 (税込224円) 390001	 雪印メグミルクアカデいおなかにやさしく 900ml 258円 (税込278円) 390016
--	---	--	--	--	--

●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。

<h2>ヨーグルト・乳製品</h2>					
 <p>390209 チチヤス 毎朝快調 ヨーグルト(低脂肪) 80g×8個 328円 (税込354円)</p>	 <p>390230 チチヤス 毎朝快調ヨーグルト 低糖質(低脂肪) 80g×8個 328円 (税込354円)</p>	 <p>390207 ヨーグルトe 75g×6個 248円 (税込267円)</p>	 <p>390214 ヨーグルトe (ブルーベリー味) 75g×6個 248円 (税込267円)</p>	 <p>390231 脂肪0(ゼロ) ヨーグルト 75g×6個 248円 (税込267円)</p>	
 <p>390221 プレーンヨーグルト 生乳100% 450g 218円 (税込235円)</p>	 <p>390202 プレーンヨーグルト 470g 188円 (税込203円)</p>	 <p>390206 プレーンヨーグルト ビフィズス 400g 188円 (税込203円)</p>	 <p>390203 プレーンヨーグルト 脂肪0(ゼロ) 450g 168円 (税込181円)</p>	 <p>390208 甘さすっきり 生乳ヨーグルト 450g 228円 (税込246円)</p>	 <p>390201 フルーツ ヨーグルト 450g 298円 (税込321円)</p>
 <p>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)</p>	 <p>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)</p>	 <p>390227 加糖 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)</p>	 <p>390232 大山乳業 大山高原 生クリーム ヨーグルト 75g×4個 223円 (税込240円)</p>	<p>毎日手軽に続けられる♪</p>	
			 <p>390211 明治 R-1 ドリンクタイプ 112g 145円 (税込156円)</p>	 <p>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)</p>	 <p>390219 明治 ヨーグルト R-1 112g 145円 (税込156円)</p>
 <p>390205 日本ルナ バニラヨーグルト (生クリーム入り) 100g×6個 398円 (税込429円)</p>	 <p>390222 アロエ ヨーグルト 80g×6個 358円 (税込386円)</p>	 <p>390212 すくすくこども 乳酸菌 65ml×10本 198円 (税込213円)</p>	 <p>390233 大山乳業 鳥取大山 のむヨーグルト 750ml 448円 (税込483円)</p>	 <p>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)</p>	 <p>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)</p>
				 <p>390210 明治 プロビオヨーグルト LG21 112g 145円 (税込156円)</p>	
 <p>390229 プリン 70g×3個 118円 (税込127円)</p>	 <p>390200 のむ ヨーグルト 900g 298円 (税込321円)</p>	 <p>390215 下郷農協 下郷農協の カフェオーレ 1L 258円 (税込278円)</p>	 <p>390217 大山乳業 白バラ コーヒー 1L 268円 (税込289円)</p>	 <p>391000 スライスチーズ 112g(7枚) 228円 (税込246円)</p>	 <p>391001 とろける スライスチーズ 112g(7枚) 228円 (税込246円)</p>
				 <p>390218 ミックステーズ 150g 398円 (税込429円)</p>	
<h2>パン</h2>					
 <p>390402 スライス食パン 6枚 138円 (税込149円)</p>	 <p>390401 6枚切 食パン 6枚 188円 (税込203円)</p>	 <p>390406 ポプさんの 小麦食パン (生クリーム入り) 6枚 218円 (税込235円)</p>	 <p>390411 食パン (ブロック) 1.5斤 278円 (税込300円)</p>	 <p>390225 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)</p>	 <p>390234 大山乳業 大山バター 150g 458円 (税込494円)</p>
 <p>390417 唐人ベーカリー 福岡県産小麦の 絹ブレッド 405g(焼成後) ①乳小麦 276円 (税込298円)</p>	 <p>390404 バター ロール 6個 188円 (税込203円)</p>	 <p>391829 モーニング クロワッサン 8個 460円 (税込496円)</p>	 <p>391832 バターが薫る ふんわり クロワッサン 10個 648円 (税込699円)</p>	 <p>390681 ナカシ冷蔵 バランスキューブ(黄・緑) 280g(140g(12粒)×2個) 398円 ①乳 (税込429円)</p>	 <p>390679 ナカシ冷蔵 バランスキューブ(赤・白) 280g(140g(12粒)×2個) 398円 ①乳 (税込429円)</p>
	 <p>390407 レーズン バターロール 5個 188円 (税込203円)</p>			 <p>390682 ②乳 390682</p>	 <p>390680 ②乳 390680</p>

4 教えて! いつもくん 注文書「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。

●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「えふ」をご確認ください。

<h3>お肉・お魚・加工品</h3>	 <p>南国元気鶏若鶏もも肉(鹿児島県産)</p> <p>391415 508円 400g(2枚) (税込548円)</p> <p>391414 308円 200g(1枚) (税込332円)</p>	 <p>南国元気鶏若鶏むね肉(鹿児島県産)</p> <p>391425 418円 500g(2枚) (税込451円)</p> <p>391424 258円 250g(1枚) (税込278円)</p>	 <p>宮崎県産鶏肉と鹿児島県産鶏肉との産食品</p> <p>391421 398円 180g (税込429円)</p>	 <p>宮崎県産鶏肉と鹿児島県産鶏肉との産食品</p> <p>391420 548円 300g (税込591円)</p>	 <p>鹿児島県産鶏肉との産食品</p> <p>391422 898円 180g (税込969円)</p>	 <p>391406 628円 全農ミートフーズ 牛豚合挽ミンチ7:3(国産) 300g (税込678円)</p>
	 <p>南国元気鶏若鶏ミンチ(鹿児島県産)</p> <p>391443 598円 500g (税込645円)</p> <p>391442 398円 300g (税込429円)</p>	 <p>南国元気鶏若鶏ムネミンチ(鹿児島県産)</p> <p>391441 498円 500g (税込537円)</p> <p>391440 398円 370g (税込429円)</p>	 <p>391444 428円 みつせ鶏ミンチ(九州産) 200g (税込462円)</p>	 <p>391439 438円 全農ミートフーズ 豚ミンチ(国産) 300g (税込473円)</p>	 <p>391401 278円 エッセンポーク(九州産豚肉使用) 115g(標準7本) (税込300円)</p>	 <p>391436 238円 産直豚のウイナーソーセージ(細びき)120g(標準7-8本) (税込257円)</p>
 <p>391418 358円 宮崎産豚肉のバラベーコン 85g(5枚) (税込386円)</p>	 <p>391400 328円 ハーブベーコン 使い切りパック 36g(標準4枚)×3 (税込354円)</p>	 <p>391429 218円 産直豚のプレスハム 60g(標準4枚) (税込235円)</p>	 <p>お弁当 照焼ミートボール(九州産豚肉・国産たまねぎ使用) 60g(6個)×3袋 (税込246円)</p> <p>毎週 390643 A C 週 390644 B D 週 390645</p>	 <p>391609 548円 骨取りさばフィーレ(ぶす塩味) 3枚(270g) (税込591円)</p> <p>毎週 391609 A C 週 391610 B D 週 391611</p>	 <p>391622 448円 オーニシ 骨とりサーモン 切身(甘塩味) 5切(90g) (税込483円)</p>	
 <p>福岡丸福水産 昔ながらのしよっぱい秋鮭 120g(40g×3入り) 398円 (税込429円)</p> <p>毎週 391603 A C 週 391604 B D 週 391605</p>	 <p>391405 328円 ローズハム 使い切りパック 36g(標準3枚)×3 (税込354円)</p>	 <p>CO-OP&鮮鼓堂 バックと食べられる辛子明太子 100g (税込462円)</p> <p>毎週 391606 A C 週 391607 B D 週 391608</p>	 <p>三陸産 細切りめかぶ(たれ付) 40g×4個 (税込300円)</p> <p>毎週 391619 A C 週 391620 B D 週 391621</p>	 <p>伊平屋村産 味付太ももずく 80g×3個 (税込246円)</p> <p>毎週 391615 A C 週 391617 B D 週 391618</p>	 <p>390640 328円 ごぼうサラダ 100g×2袋 (税込354円)</p> <p>毎週 390640 A C 週 390641 B D 週 390642</p>	
 <p>390669 284円 和風キムチ 370g (税込306円)</p>	 <p>ファミリータイプ 肉ぎょうざ 360g(12個×2パック)・たれ2袋 (税込375円)</p> <p>毎週 390634 A C 週 390635 B D 週 390636</p>	 <p>390670 488円 ちゃんぽん(具付) 586g(めん160g×2食、具・スープ付) (税込527円)</p>	<h2>ドリンク・お茶・コーヒーなど</h2>		 <p>390628 188円 白あえベース 180g (税込203円)</p> <p>毎週 390628 A C 週 390629 B D 週 390630</p>	
 <p>390646 188円 しそ昆布 105g (税込203円)</p> <p>毎週 390646 A C 週 390647 B D 週 390648</p>	 <p>390669 284円 和風キムチ 370g (税込306円)</p>	 <p>390670 488円 ちゃんぽん(具付) 586g(めん160g×2食、具・スープ付) (税込527円)</p>			 <p>391615 228円 伊平屋村産 味付太ももずく 80g×3個 (税込246円)</p> <p>毎週 391615 A C 週 391617 B D 週 391618</p>	 <p>390640 328円 ごぼうサラダ 100g×2袋 (税込354円)</p> <p>毎週 390640 A C 週 390641 B D 週 390642</p>
 <p>392015 128円 アイスコーヒー 無糖 1L (税込138円)</p>	 <p>392014 128円 アイスコーヒー 甘さひかえめ 1L (税込138円)</p>	 <p>392036 710円 鹿児島産の黒酢ドリンク 125ml×12本 (税込766円)</p> <p>毎週 392036 A 週 392037 A C 週 392038 B D 週 392039</p>	<h2>ドリンク・お茶・コーヒーなど</h2>		 <p>392071 235円 国産大豆の無糖豆乳(フコユタカ) 1L (税込253円)</p> <p>毎週 392071 A 週 392072 A C 週 392073 B D 週 392074</p>	
 <p>392005 228円 チルドオレンジジュース 1L (税込246円)</p>	 <p>392004 198円 チルドアップルジュース 1L (税込213円)</p>	 <p>392007 185円 野菜・果実ジュース 1L (税込199円)</p>			 <p>392031 215円 ふくれん九州産 ぶくゆたか大豆成分無調整豆乳 1L (税込232円)</p>	 <p>392079 220円 めいらく豆腐もどき有機豆乳 900ml (税込237円)</p>
 <p>392008 4,880円 プリセプト 麦若葉 青汁β わくわく定期便 2.5g×60包×2 (税込5,270円)</p>	 <p>391722 2,740円 2.5g×60包×1 (税込2,959円)</p>	 <p>392033 1,080円 りんご酢(濃縮タイプ) 1L (税込1,166円)</p> <p>毎週 392033 A C 週 392034 B D 週 392035</p>	<h2>ドリンク・お茶・コーヒーなど</h2>		 <p>392008 4,880円 プリセプト 麦若葉 青汁β わくわく定期便 2.5g×60包×2 (税込5,270円)</p> <p>391722 2,740円 2.5g×60包×1 (税込2,959円)</p>	
 <p>392005 228円 チルドオレンジジュース 1L (税込246円)</p>	 <p>392004 198円 チルドアップルジュース 1L (税込213円)</p>	 <p>392007 185円 野菜・果実ジュース 1L (税込199円)</p>			 <p>392031 215円 ふくれん九州産 ぶくゆたか大豆成分無調整豆乳 1L (税込232円)</p>	 <p>392079 220円 めいらく豆腐もどき有機豆乳 900ml (税込237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 トマトジュース 食塩無添加 900g 228円 (税込246円) ◎7品目無</p>	<p>392029 野菜ジュース 食塩無添加 900g 235円 (税込253円) ◎7品目無</p>	<p>392028 彩果菜園フルーティーアップル (一食分の野菜) 1L 298円 (税込321円) ◎7品目無</p>	<p>392027 ミックスキャロット 1L 338円 (税込365円) ◎7品目無</p>	<p>ミックスキャロット 125ml×12本 (税込1,090円) 1,010円 毎週 392041 A週 392044 B週 392045</p>	<p>ミックスキャロット 200ml×12本 (税込1,293円) 1,198円 毎週 392040 A週 392042 B週 392043</p>	<p>392025 野菜がおいしい1日分 200ml 88円 (税込95円) ◎7品目無</p>
<p>392051 りんごカル 125ml 75円 (税込81円) ◎7品目無</p>	<p>6本 おいしい水(志布志) 2L×6本 (税込626円) 580円 毎週 392000 A週 392001 B週 392002</p>	<p>6本 392024 ミネラルウォーター あずみ野の水 2L×6本 648円 (税込699円) ◎7品目無</p>	<p>6本 392081 四季が育てた水 2L×6本 530円 (税込572円) ◎7品目無</p>	<p>6本 392020 ただの炭酸水(天然水使用) 500ml×6本 520円 (税込561円) ◎7品目無</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 170円 (税込183円) ◎7品目無</p> <p>392017 サントリー 伊右衛門 特茶 1L 338円 (税込365円) ◎7品目無</p>	
<p>24本 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>6本 392003 抹茶入り玄米茶 200g 275円 (税込297円) ◎7品目無</p>	<p>6本 緑茶 2L×6本 (税込880円) 815円 毎週 392009 A週 392010 B週 392011</p>	<p>内臓脂肪を減らすのを助ける 392018 花王 ヘルシア 緑茶α 1050ml 505円 (税込545円) ◎7品目無</p>	<p>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) ◎7品目無</p>	<p>血圧が高めの方に 392019 サントリー 胡麻麦茶 1050ml 428円 (税込462円) ◎7品目無</p>	
<p>6本 392080 麦茶 (国産六条大麦使用) 2L×6本 938円 (税込1,013円)</p>	<p>392016 大山南麓の氷 1.1kg 188円 (税込203円) ◎7品目無</p>	<p>3品目無 エチオピア、ベトナム、ブラジル レギュラー コーヒー 392047 モカブレンド 350g(粉) 598円 (税込645円) 毎週 392047 A週 392055 A週 392056 B週 392057</p>	<p>3品目無 タンゴス、アフリカ、エチオピア、ブラジル レギュラー コーヒー 392048 キリマンジャロブレンド 350g(粉) 598円 (税込645円) 毎週 392048 A週 392058 A週 392059 B週 392060</p>	<p>生豆生産国名: グアテマラ、エチオピア、ホンジュラス レギュラー コーヒー 392082 有機栽培 フェアトレード コーヒー グアテマラブレンド 170g(粉) 650円 (税込702円) ◎7品目無</p>	<p>3品目無 フランス、ベトナム、ブラジル レギュラー コーヒー 392075 コーヒニバグ オリジナルブレンド 300g(粉)40個装 1,100円 (税込1,188円) ◎7品目無 毎週 392075 A週 392076 A週 392077 B週 392078</p>	

<p>お酒 酒税法改正により、一部商品の価格が変更になりました。</p>	<p>アルコール分27%【リキュール】 392223 サントリースピリッツ 角ハイボール 350ml×6 1,108円 (税込1,218円)</p>	<p>アルコール分22%【焼酎】 392224 麦ごころマイルド 乙類1.8L 1,267円 (税込1,393円) 毎週 392224 A週 392227 A週 392225 B週 392226</p>	<p>アルコール分22%【焼酎】 392232 薩摩焼酎 黄金桜黒にがねおろし 乙類1.8L 1,480円 (税込1,628円) 毎週 392232 A週 392233 A週 392234 B週 392235</p>	<p>アルコール分22%【焼酎】 392228 露島酒造 黒霧島(芋焼酎) 乙類1.8L 1,648円 (税込1,812円) 毎週 392228 A週 392229 A週 392230 B週 392231</p>	<p>アルコール分10%【発泡酒】 392249 キリン 本麒麟 350ml×24 (税込3,630円) 3,300円</p>	<p>アルコール分5%【ビール】 392217 アサヒ スーパードライ 350ml 1,106円 (税込1,216円) 6本 毎週 392217</p>
<p>アルコール分5%【ビール】 392222 キリン 一番搾り(生) 350ml 1,106円 (税込1,216円) 6本 毎週 392222 毎週 392244 24本 毎週 392245 4,420円 (税込4,862円) A週 392246 B週 392247</p>	<p>アルコール分5%【発泡酒】 392220 キリン のどごし(生) 350ml 826円 (税込908円) 6本 毎週 392220 毎週 392209 24本 毎週 392210 3,300円 (税込3,630円) B週 392211</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 845円 (税込929円) 6本 毎週 392219 毎週 392203 24本 毎週 392204 3,365円 (税込3,701円) B週 392205</p>	<p>アルコール分5.5%【発泡酒】 392218 キリン 淡麗極上(生) 350ml 845円 (税込929円) 6本 毎週 392218 毎週 392206 24本 毎週 392207 3,365円 (税込3,701円) B週 392208</p>	<p>アルコール分5%【リキュール】 392216 アサヒ クリアアサヒ 350ml 830円 (税込913円) 6本 毎週 392216 毎週 392240 24本 毎週 392241 3,320円 (税込3,652円) A週 392242 B週 392243</p>		
<p>アルコール分5%【リキュール】 392215 CO・OP&サントリー 金麦 350ml 823円 (税込905円) 6本 毎週 392215 毎週 392212 24本 毎週 392213 3,290円 (税込3,619円) B週 392214</p>	<p>アルコール分4%【発泡酒】 392221 CO・OP&サントリー 金麦 糖質75%オフ 350ml 823円 (税込905円) 6本 毎週 392221 毎週 392236 24本 毎週 392237 3,290円 (税込3,619円) A週 392238 B週 392239</p>	<p>調味料・乾物など</p>		<p>食塩相当量 15g/100g 391716 あわせみそ マイルド 750g (カップ容器) 338円 (税込365円) 毎週 391700 A週 391701 A週 391702 B週 391703</p>	<p>食塩相当量 18g/100g 391717 あわせみそ マイルド減塩 750g 338円 (税込365円) A週 391723</p>	<p>食塩相当量 18g/100g 391717 即席みそ汁 (あわせみそマイルド) 9g×5 512円 (税込552円) ◎小袋</p>

6 教えて! いっくん 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「えん」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。

<p>レトルト</p> <p>ふかひれ スープ 200g(4人前) 268円 (税込289円)</p> <p>毎週 391704 A週 391705 B週 391706</p>	<p>8袋</p> <p>三陸産 わかめスープ (湯手・宮城風厚味が特徴) 8袋 378円 (税込408円)</p> <p>毎週 391707 A週 391708 B週 391709</p>	<p>5袋</p> <p>フリーズドライ</p> <p>たまご スープ 7g×5袋 338円 (税込365円)</p> <p>毎週 391710 A週 391711 B週 391712</p>	<p>208円 (税込224円)</p> <p>すりごま (二度焙煎) 85g</p> <p>毎週 391902 A週 391903 A週 391904 B週 391905</p>	<p>和風 ドレッシング 300ml 318円 (税込343円)</p> <p>毎週 391718 A週 391719 B週 391720</p>	<p>料理用 白だし 1L 428円 (税込462円)</p> <p>毎週 391724</p>	<p>オリーブ オイル 400g 958円 (税込1,034円)</p> <p>毎週 391721</p>
<p>一番搾り キャノーラ油 1kg 588円 (税込635円)</p> <p>毎週 391725</p>	<p>トマト ケチャップ 500g 148円 (税込159円)</p> <p>毎週 391727</p>	<p>391803</p> <p>コープヌードル しょうゆ 71g(めん62g) 148円 (税込159円)</p> <p>毎週 391803</p>	<p>391804</p> <p>コープヌードル シーフード 72g(めん60g) 148円 (税込159円)</p> <p>毎週 391810 A週 391811 A週 391812 B週 391813</p>	<p>おいしい ご飯(山形産) はえぬき使用 200g×3食 338円 (税込365円)</p> <p>毎週 391810 A週 391811 A週 391812 B週 391813</p>	<p>おいしい 赤飯 180g×3食 368円 (税込397円)</p> <p>毎週 391814 A週 391815 A週 391816 B週 391817</p>	<p>ほくほく お豆の 玄米ごはん 150g 210円 (税込226円)</p> <p>毎週 391824 A週 391830 B週 391831</p>
<p>味付のり 10枚(80枚) 498円 (税込537円)</p> <p>毎週 391906 A週 391907 A週 391900 B週 391901</p>	<p>391826</p> <p>コープヌードル フロスト 230g 218円 (税込235円)</p> <p>毎週 391826</p>	<p>お米</p>		<p>元気 つくし 5kg 1,980円 (税込2,138円)</p> <p>毎週 392819 A週 392820 B週 392821 C週 392822 D週 392823 A週 392824 B週 392825</p>	<p>5kg 2,080円 (税込2,246円)</p> <p>毎週 392833 A週 392834 B週 392835 C週 392836 D週 392837 A週 392838 B週 392839</p>	<p>2kg 860円 (税込928円)</p> <p>毎週 392826 A週 392827 B週 392828 C週 392829 D週 392830 A週 392831 B週 392832</p>
<p>無洗米 5kg 2,080円 (税込2,246円)</p> <p>392769</p> <p>2kg 880円 (税込950円)</p> <p>392768</p>	<p>391828</p> <p>オーツ麦たっぷり フルーツグラノーラ 380g 448円 (税込483円)</p> <p>毎週 391828</p>	<p>5kg 1,880円 (税込2,030円)</p> <p>毎週 392798 A週 392799 B週 392800 C週 392801 D週 392802 A週 392803 B週 392804</p>	<p>5kg 1,980円 (税込2,138円)</p> <p>毎週 392744 A週 392745 B週 392746 C週 392747 D週 392748 A週 392749 B週 392750</p>	<p>岩手県産 ひとめぼれ 5kg 1,980円 (税込2,138円)</p> <p>毎週 392812 A週 392813 B週 392814 C週 392815 D週 392816 A週 392817 B週 392818</p>	<p>5kg 2,080円 (税込2,246円)</p> <p>毎週 392733 A週 392734</p>	<p>2kg 860円 (税込928円)</p> <p>毎週 392767</p>
<p>ひのひかり 5kg 1,880円 (税込2,030円)</p> <p>毎週 392805 A週 392806 B週 392807 C週 392808 D週 392809 A週 392810 B週 392811</p>	<p>5kg 1,980円 (税込2,138円)</p> <p>毎週 392755 A週 392756</p>	<p>2kg 840円 (税込907円)</p> <p>毎週 392766</p>	<p>雑貨</p> <p>切らずと困る 生活雑貨も いっもくん 雑貨は4週に1回 A週に</p>		<p>赤ちゃんの おしりふき 80枚入×3パック 278円 (税込305円)</p> <p>毎週 392401</p>	<p>サンスター 薬用ハミガキ ソルテージII スリスイートタイプ 85g 935円 (税込1,028円)</p> <p>毎週 392423</p>
<p>ティッシュ 200枚×5箱 358円 (税込393円)</p> <p>毎週 392402</p>	<p>200枚 入り</p> <p>エコミックライト ペーパータオル 200枚 128円 (税込140円)</p> <p>毎週 392410</p>	<p>キッチンタオル 120カット×4ロール 378円 (税込415円)</p> <p>毎週 392400</p>	<p>グリーン キーパー コンパクト 1袋 (180枚×6パック) 468円 (税込514円)</p> <p>毎週 392403</p>	<p>やわらか ワンタッチ コアン (シングル 130m) 1袋(6ロール) 478円 (税込525円)</p> <p>毎週 392404</p>	<p>やわらか ワンタッチ コアン (ダブル 65m) 1袋(6ロール) 478円 (税込525円)</p> <p>毎週 392405</p>	<p>セフター エナジー 抗菌・防臭 1000g 698円 (税込767円)</p> <p>毎週 392406</p>
<p>セフター エナジー 強力洗浄 1000g 698円 (税込767円)</p> <p>毎週 392407</p>	<p>液体 セフター 抗菌プラス 1500g 498円 (税込547円)</p> <p>毎週 392408</p>	<p>セフター-E 簡易パック 900g 368円 (税込404円)</p> <p>毎週 392409</p>	<p>くっつかないホイル 25cm×10m 348円 (税込382円)</p> <p>毎週 392411</p>	<p>電子レンジにも 強いラップ レギュラー 30cm×50m 378円 (税込415円)</p> <p>毎週 392412</p>	<p>電子レンジにも 強いラップ ミニ 22cm×50m 328円 (税込360円)</p> <p>毎週 392413</p>	<p>電子レンジにも 強いラップ 小鉢用 15cm×50m 278円 (税込305円)</p> <p>毎週 392414</p>

教えて!
いっもくん

Q. 「いっもくん」で登録している商品の
価格ってどうなっているの?

A.

注文された週のカタログ「えふ」に掲載されている価格と同じです。「えふ」が
お買い得のときは同じ価格でお届けします。*「変若葉 青汁B わくわく定期便」は除く

モップは4週に1回 **A** 週の配達時に交換します。

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!

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4週 2/26(月)~3/1(金)	3月4週 3/25(月)~3/29(金)
A 週はカタログ [文庫]の 表紙でご確認ください	4月4週 4/22(月)~4/26(金)	5月4週 5/20(月)~5/24(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。〉

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。



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!

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120cm ●モップ重量/約200g
●材質/モップ: 綿100%、ハンドル(ヘッド): ポリアセチレン樹脂、PVA/アルミ

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!

両ボリュームアップ!
立体縫製でさらに
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

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♪

ハンドル
挿入口が
わかり
やすい!

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

●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・ポリアセチレン樹脂、
PVA/アルミ

全長 約119cm
最長 約74cm

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。

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

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。

いつもくん

- 動画でわかる
いつもくんの登録・変更方法
- 新規登録はコチラ
- 登録済み商品の確認・変更
- 今週だけの変更
- いつもくん配達カレンダー
(A週・B週・C週・D週)
- 詳しく知りたい時はコチラ
(いつもくんガイド)

eフレズ九州なら
新規登録や
追加登録が簡単!

eフレズ九州の
会員登録はこちら
※eフレズ九州は事務局
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

今週だけ
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。

〈組合員サービスセンター〉 ◆ 問い合わせ **0120-41-0120** (無料) [受付時間] 月~金曜日 9:00~20:45
土曜日 9:00~17:45 (年末年始は除く)
◆ 注文 **0570-013-570** (有料)