

**かおる坂店版**

“私たちの供給する商品を中心に 家族の団らんがはずむこと”をめざします。

発行 生活協同組合コープみやざき理事会  
所在地 〒880-8530 宮崎市瀬頭2丁目10番26号  
TEL0985-32-1234 FAX0985-32-3355  
ホームページアドレス http://www.miyazaki.coop

# ハロー!コープ

2022年 8月号 No.320

**一みなさまへのお約束!**

○満足できなかった商品がありましたら、返金、交換いたします。サービスカウンターまでお気軽にお申し出ください。

○欲しい商品がないときは、職員または、サービスカウンターにお申しつけください。ご要望にお応えいたします。(品揃え、バラ売り、小・大容量、盛り合わせなど)

**前号から・おたより**

**コープらしいなあ**

ハロー!コープの「設立50周年に向けて」を読んで、「次の50年に向けて進んでいきたいと思えます」という所は、コープらしいなあ、長く続ける努力をずっとされているなあと思いました。  
宮崎市のT・Sさん

**安心して利用できます**

子どもが小さく、いつもベビーカーを利用しています。利用前にウエットティッシュでシート周辺を拭いていますが、拭いても全く汚れが付かず、いつもきれいに管理されているなあと思い利用しています。いつもきれいにしてください、ありがとうございます。  
宮崎市のM・Tさん

**カボチャサラダ**

小さい子どもがいるので、カボチャを蒸(ふ)かして、コンとハムとキュウリを入れて、塩コショウ、マヨネーズで和えます。残ってしまったら私の弁当のおかずになります(笑)。  
宮崎市のS・Oさん

**カボチャの天日干し**

料理という程ではないのですが、天日干しをよくします。3mm程の厚さに切ったカボチャを、2~3時間干します。干し過ぎると固くなりますので半生くらいで。それをトースターで焼いておやつしたり朝食に添えたりして、簡単で美味しい一品です。  
宮崎市のM・Uさん

**わが家のよく作るカボチャ料理**

**チーズ乗せオープン焼き**

カボチャは煮物も好きですが、もう少しこってりしたものが食べたい時は、ひと口大に切ったカボチャ、さつま芋、じゃが芋、ブロッコリーをレンジでチンして、まとめて耐熱容器に入れます。その上にウインナー、チーズなども乗せて、オープン(トースター)で焼きます。ホカホカです。また、チンしたカボチャをひき肉のそぼろと和えていただくご飯も進みます。  
宮崎市のF・Oさん

**スライスして焼く**

主人と子どもはカボチャの煮物が苦手ですが、スライスしたカボチャを焼いて食べるのはOKです。くっつかないホイルに塩コショウした鶏肉、カボチャ、ピーマンなどを乗せて焼き、美味しくいただくのが、わが家の定番メニューです。  
宮崎市の組合員さん

**味噌汁用とレンチン料理**

うちではカボチャを丸ごと買います。半分は切って種を取り、半分は味噌汁に入れます。後の半分は薄切りにしてバター、醤油をかけて、ラップをしてレンチンします。「カボチャのアレ」の総称で、家族みんなパクパク食べてくれます。火を使わないので、台所が熱くなりません。  
宮崎市のM・Uさん

**カボチャと赤貝の炒め煮**

カボチャと玉ねぎは適量を2mmぐらいの厚さにスライスする。油で炒めて赤貝の缶を汁ごと入れて、薄味のようにすれば砂糖、醤油を少量入れると、よりおいしくなります。最後にネギを散らすと、色どりが綺麗です。これを作ると、カボチャ嫌いの父が食べてくれるんです。  
日南市の組合員さん

**五ヶ瀬 稲刈り交流会**

日時	10月1日(土)
会場	五ヶ瀬町 ふれあいの里近くの田んぼ
スケジュール	7:00 佐土原店出発(財光寺店・北小路店経由) 10:45 稲刈り・昼食 17:00 佐土原店到着
募集期間	8月29日(月)~9月9日(金)
募集人数	20名程度
参加費	小学生以上 1,000円 3歳以上の未就学児 500円 3歳未満 無料

○雨天時は中止となります。  
○組合員さんと、そのご家族が対象となります。  
○会場に直接集まっていた際の参加も可能です。  
○申し込みが多い場合は、初参加優先、グループ単位での抽選となります。  
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止となることがあります。

お問い合わせ・お申し込みは 総務部 電話0985-32-1234(担当:深野)まで

**2022年度 第28回 コープみやざき杯 ミニバレーボール大会のご案内**

スポーツを通して組合員さん同士の交流が進むことを目指して、今年もコープみやざき杯ミニバレーボール大会を開催します。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当日の検温や名簿作成などのご協力をお願いします。詳しくは参加申込書をご覧ください。

【お申し込み方法】  
○参加申込書にご記入の上、店舗のサービスカウンターや担当の地域責任者にご提出いただくか、FAXでお申し込みください。申込書は8月29日(月)からホームページでダウンロードできます。サービスカウンターにも準備します。  
○直前で中止になることがあります。ご了承ください。  
○コープみやざきのホームページのほか、QRコードからもインターネット予約ができます。

【受付期間】  
9月5日(月)AM9:30~23日(金) (先着順で受け付けます)

【会場】 清武体育館(9:30試合開始~16:00終了予定)

お問い合わせ・お申し込みは 総務部 電話0985-32-1234(担当:深野)まで

**共同購入カタログ商品をご自宅までお届けします!(戸別配達のご案内)**

コロナ禍で買い物もなかなか気軽には行けませんが、わが家は毎週戸別配達に助けられています。子どもが3人いるため、箱買いすることもありますが、重い物をいつも運んでくれます。ありがとうございます。(延岡市のY・Mさん)

**戸別配達サービス料** (3人以上でご利用の場合は無料です)

	1人受取	2人受取(1人分)
65歳未満の方	毎週 300円	毎週 150円
65歳から74歳までの方	毎週 200円	毎週 100円
75歳以上の方と重い物が困難なお体の不自由な方	毎週 100円	毎週 50円
赤ちゃん戸配サービス 乳幼児子育て中の方 13ヵ月間減額 ※満1歳の誕生日までにお申し込みください。	毎週 100円	毎週 50円

登録後8週間、「お試し期間」として、戸配サービス料は無料でご利用いただけます。  
【お問い合わせ先】各店舗のサービスカウンター  
地域責任者支援課 電話 0985-20-2110  
(月~金 9:00~18:00)

**浴室の修理や改装もご相談ください!**

新しくなった浴室はとても快適です

工事中は職人さんたちのチームワークの良さと、提携店さんの日々のチェックに感謝しました。こちらの要望を細かく聴いて対応していただいたので、気持ち良く利用することができました。新しくなった浴室はとても快適です。工事をお願いして、本当に良かったです。ありがとうございます。  
宮崎市の組合員さんより

- ★ユニットバス設置
- ★浴槽の取り替え
- ★タイルの張り替え

蛇口、シャワーの修理や取り替えも承っています。

お問い合わせは 住宅センター  
県内全域 (0985) 29-5800  
東北営業所 (0982) 33-6215  
営業日: 月曜~土曜 9:00~17:50

**「新車特典カード」を渡して 納車後 提携販売店で新車を買った特典があります**

新車を買おうかなと思ったら、まずはカーライフ支援センターに「新車特典カードをください」とお伝えください。特典カードを発行してお送りします。コープみやざき各店舗でも発行できます。

ご購入予定の方を紹介するサービスです。発注済み、契約済みの方はご利用いただけません。

特約カードが使える販売店  
Honda Cars 日南(日南市電報)  
Honda Cars 都城(都城市内3店舗)  
Honda Cars 宮崎南(清原駅前日南-車庫)  
Honda Cars 宮崎(県内9店舗)  
日産サティオ宮崎(県内11店舗)  
ネットショップ宮崎株式会社(県内13店舗)

※ネットショップ宮崎では、ダイハツ車購入の場合も使用できます。

納車後に3千円~1万円分の特典をお贈りします!  
安全性も充実「ライズ」  
取り扱い店: ネットトヨタ宮崎 ※車両本体価格が利用割戻しの対象となります。  
お申し込み・お問い合わせはカーライフ支援センター 0985-29-5800 営業日:月~土 9:00~17:50

**店長便り**

皆様こんにちは。店長の丸山です。夏休みの期間中は、子どもさんと海や山に遊びに行かれたでしょうか。私は夏休み中の孫たちと一緒に、遊びに行きました。夏休みだからプール、海、川と言いたいところですが、さすがに無理でした。子どもたちが小さい頃は、一緒に真っ黒になることもありましたが、今はこのお腹を出す勇気がありませんでした。孫たちが遊んでいるのを日陰で眺めて、時々声をかけるだけでした。家では、妻と「暑いねー。いつまで続くのか、この暑さは…(\*.\*)」と話しているのが日課でした。暑さはこれからしばらく続きますので、夏バテ

まるやま つよし 店長:丸山 剛

**9月1日(木)は「防災の日」です!**

組合員さんから、「防災関連の商品をまとめて置いて欲しい」の声から、非常食のキャンパンやビスケット、水などを案内しました。水を入れることで上がるおにぎりや、5年間長期保存できる水やうかん、長期保存のパンなど選べるようになっていました。組合員さんからも、「キャンパンだけでなく他の商品も置いて欲しい」の声もあり、ご要望に応えられるようになってきています。一度ご覧ください。

またレジで組合員さんから、「誕生日にはコープで非常食などを買い、入れ替えるようにしています」とお聞きしました。誕生日での入れ替えは、一年に1回の賞味期限の確認にちょうど良いですね。参考にしていたら嬉しいです!

非常食コーナーの一例

コープのお店情報たっぷり!! (^^)/お店の「お友だち」になりませんか?

LINE 公式アカウント

週末に、ご利用のお店情報をお届けします! 店内の写真や店長が作成する動画も好評です!

【登録方法】  
① スマホのLINEを開き、ホーム(△)マークをタッチ。  
② 右上の友達(+)マークをタッチ。  
③ 友だち追加の「QRコード」をタッチし、左のQRコードを読み取り、「友だち追加」をタッチして、完了です。

かおる坂店QRコード

**「CO・OP共済ニュース」 CO・OP共済商品改定についてのお知らせ**

日帰りでの手術をしました。共済から、すぐに給付金が出て助かりました。小さい掛金ですが、いざという時には大きいですね!新しいコースができるようなので、またしっかり確認します。 宮崎市の組合員さんより

「たすけあい」大人向けコース・告知緩やかコース誕生!

2022年度は、女性・医療・ベージュコースの保障内容を改善(V4000コースを除く)した「たすけあい」大人向けコースと告知緩やかコースを新設します。既存の女性・医療・ベージュコース(V4000コースを除く)の加入者(2022年9月1日時点の有効契約)の方は、大人向けコースに一気に契約を変更します。 ※2022年9月2日以降に適用になります。

※詳しくは、2022.9版 商品パンフレットをご覧ください。

お問い合わせ先: コープみやざき ぐらしの保障部 電話 0985-29-3700 (月曜~土曜 9:00~17:50) 契約引受団体: 日本コープ共済生活協同組合連合会

には気をつけたいですね。子どもさんたちは、夏休みの宿題をがんばって下さいね。暑さもまだまだ続きますが、学校が始まると、運動会、遠足、文化祭など行事もいろいろ行われます。小学校、中学校の近くを通ると、子どもさんたちが一生懸命、徒競走や田技、ダンスなど運動会の練習にがんばっているのを見ます。私は足は速い方ではなかったので、全員参加の徒競走を走るだけで、リレーの時はもっぱら応援でした。田技の棒倒しや騎馬戦の時は、子どもの頃から身体が大きかったので、「縁の下のカ持ち」ならぬ騎馬や棒を支える役でした。時には体操着に足跡が付いていた川にいました。今年は祭りや花火大会が開催された所もあるので、この2年間のコロナ禍で行われた運動会よりも、少しは緩和されていることを今は願っています。孫が保育園に行くようになり、昨年まで運動会は親のみの観戦でしたが、今年は私たちも見に行けると嬉しいです。楽しみにしています。(^^)/。

**知ってお得!知って便利! 「赤ちゃんルーム」があって良かった!**

コープの「赤ちゃんルーム」にはとても助けられています。外出先でオムツ替えや授乳したい時、コープに行けばどの店舗にもとてもきれいな赤ちゃんルームがあり安心です。買い物の際はもちろんです。出産して初めて、赤ちゃんルームのありがたさを知りました。赤ちゃん石けんもプレゼントしていただき、娘の「お食い初め」の鯛もお願いしたところ、焼いて綺麗な飾り付けまでしていただきました。これまでもコープに通っていましたが、さらに助けられています。 宮崎市の組合員さん

**赤ちゃん石けん セット**

写真:は花緑店(都城市)の赤ちゃんルームです。

中身: おしりふき ベビーツープ2個 ウエットティッシュ

赤ちゃんルームの設備: 体重計

□ 各店舗に「赤ちゃんルーム」があります。オムツ替え、授乳、赤ちゃんが泣いて困っている時など、お困りの時はいつでもご利用ください。  
□ 離乳食のレシピは、ご自由にお持ち帰りください。  
□ 「やさしく たらす」(アレルギー対応食関連)のカタログは、サービスカウンターに準備しています。  
□ お湯が必要な時は、サービスカウンターへお声がけください。  
□ 赤ちゃん用体重計もご用意しておりますが、佐土原店・赤江店・小林店・本郷店は、スペースの関係で置いておりません。ご了承ください。

**クイズ**

◆コープのお店で一番人気の炊き込みご飯の素は、「」ごはんの具!です。1992年の開業以来の人気商品です。 に入るのとはどれでしょう?  
① 松茸 ② ひじき ③ 栗

◆「身近なくらしの話題」、「運動会の思い出(競技や弁当、エピソードなど)」、「ペーカリーや生協のお気に入り商品」、「サービス・対応についてよかったこと・ご意見・ご要望」等、右の(何でもメッセージ)欄にどうぞ。

★メッセージは必ず黒のボールペンでご記入ください。

■応募方法は、右の応募用紙に、答、氏名、組合員No.、電話番号を記入の上、お店のサービスカウンター、もしくは共同購入担当者へお出しください。はがきの郵送でも可。  
●インターネットで応募の際は、コープみやざきホームページ → ご意見・お問い合わせ → 生協へのご意見 → ハロー!コープへのご意見 → へすしてください。  
●(http://www.miyazaki.coop) 右のQRコードからもすませます。  
携帯からの応募: hello\_coop@miyazaki.coop  
①お名前 ②組合員番号 ③電話番号 ④クイズの答え ⑤何でもメッセージを書き込んでください。  
■あて先〒880-8530 コープみやざきハロー!コープ編集委員会係  
■正解者の中から抽選で150名様に商品券(500円)をさしあげます。当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。  
■6月(No.318)ハロー!コープクイズの答 ⑥ごまだれ 応募総数922通 正解者数906通

**かおる坂店のお知らせ**

営業時間 10:00~20:00  
TEL0985-52-5558

**かおる坂店お楽しみ市**

8/27(土)・28(日)・29(月)

**9月のカレンダー**

8/27(土)	お楽しみ市	たご焼き(大人)
28(日)	お楽しみ市	たご焼き(大人)
29(月)	焼肉の日	
30(火)		
31(水)	野菜の日	ナン、カレー、チキン(インド料理サジョウ)
9/1(木)	防災の日・キウイの日	やきとり、ももやき(焼き鳥まつ)
2(金)		やきとり、ももやき(焼き鳥まつ)
3(土)	ドラえもんの日	焼鳥
4(日)	串の日	炭火焼、焼き芋(後のやきとり焼き)
5(月)		すり身の天ぷら(イボ天ぷら)
6(火)		やきとり、ももやき(焼き鳥まつ)
7(水)	店休日(大塚店・赤江店は営業中)	
8(木)		焼鳥(とりの)
9(金)		やきとり、ももやき(焼き鳥まつ)
10(土)	中秋の名月	焼鳥(電)
11(日)		
12(月)		広島お好み焼(東江(お好み焼))
13(火)		
14(水)		
15(木)		やきとり、ももやき(焼き鳥まつ)
16(金)		和菓子(徳のくらや)
17(土)		焼鳥(電)
18(日)	かいわれ大根の日	炭火焼、焼き芋(後のやきとり焼き)
19(月)	敬老の日 海老の日	やきとり、ももやき(焼き鳥まつ)
20(火)	彼岸 保障相談日	すり身の天ぷら(イボ天ぷら)
21(水)		ナン、カレー、チキン(インド料理サジョウ)
22(木)		やきとり、ももやき(焼き鳥まつ)
23(金)	秋分の日	しそ巻き・とろろけん(まよひだ)
24(土)		
25(日)	お楽しみ市	たご焼き(大人)
26(月)	彼岸明け	
27(火)		
28(水)		焼鳥(電)
29(木)		炭火焼、焼き芋(後のやきとり焼き)
30(金)		やきとり、ももやき(焼き鳥まつ)

※催事については業者さまの都合で日程が変わる場合もあります。あらかじめご了承ください。実施についてはお店にお問い合わせください。