●今月のハロー!コープは、7月1～31日に利用されたお店（月利用日数の一番多い店、同じ日数のときはお買い上げ金額の多い店）からお届けしてます。【お店のご利用はコープカードを通してわかるようになっています】

宮脇店版

“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

ーみなさまへのお約束！ー

○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)

★お楽しみ抽選券は、見開きの左肩にあります。

前号から・おたより

コープらしいなぁ

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います〟という所は、コープらしいなぁ、長く続ける努力をずっとされているなぁと思いました。

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、いつもベビー用カートを利用しています。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ぁと思い利用しています。いつもきれいにしてくださり、ありがとうございます。

宮崎市のM・Tさん

佑星(ゆうせい)ちゃん 1歳とご本人

わが家のよく作るカボチャ料理

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、コー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

チーズ乗せオーブン焼き

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、オーブン(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とご飯も進みます。

宮崎市のF・O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。半分に切って種を取り、半分はお味噌汁に入れます。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に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

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

素揚げして麺つゆに浸ける

年間通してよく作るのはカボチャのサラダや天ぷらですが、夏場は1cm幅に切ったカボチャとナスを素揚げして、麺つゆに浸け込んで、冷やして食べるのをよく作ります。私はそれに大根おろしと千切り青ジソを乗せて食べています。

宮崎市の志多裕美さん

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、薄味のようであれば砂糖、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

五ケ瀬 稲刈り交流会

日　時	10月1日(土)
会　場	五ケ瀬町　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

生産者に教わり、鎌で刈ります。

○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だいての参加も可能です。
○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。

【大会日程】

年齢パート	日　程	募集チーム数
Aパート(39歳以下)	10月25日(火)	50チーム程度
Bパート(40歳以上)	10月24日(月)	50チーム程度
Cパート(50歳以上)	10月18日(火)	50チーム程度
Dパート(60歳以上)	10月17日(月)	50チーム程度

【会 場】清武体育館(9:30試合開始～16:00終了予定)

【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)

こちらからでも予約ができます。

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

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歳以上の方と買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カ月間減額 ※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週間は、「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心しました。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した。

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
県北営業所　(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うと特典があります

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。

ご契約前に提携ディーラーの担当の方へ「新車特典カード」を渡すと…

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。

納車後に3千円～1万円分の特典をお贈りします！
コープ商品券、またはくらしの積立に加算します。

特典カードが使える販売店
Honda Cars 日向北(日向市亀崎)
Honda Cars 都城北(都城市内3店舗)
Honda Cars 宮崎南(清武加納・日南・串間)
Honda Cars 宮崎(県内9店舗)
日産サティオ宮崎(県内10店舗)
ネッツトヨタ宮崎株式会社(県内13店舗)
※ネッツトヨタ宮崎では、ダイハツ車購入の場合も使用できます。

安全性能も充実「ライズ」

取り扱い店：ネッツトヨタ宮崎
※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

【生活事業】生活サービスセンター・住宅センター　県内全域☎0985-29-5800　県北地域☎0982-33-6215　県南地域☎0986-23-4416／旅行センター☎0985-28-0568／くらしの保障部☎0985-29-3700／BOOK・CD・DVDセンター☎0985-28-6611

店長：平井(ひらい)　力(ちから)

店長便り

皆様こんにちは。店長の平井です。いつもご利用ありがとうございます。

組合員さんから、「トイレに飾ってある花がきれいで、癒やされます」というお声をよくいただきます。

これは、組合員さんが持って来て飾ってくださっているものです。その組合員さんは、「トイレを気持ち良く使ってもらうには、やっぱりお花があった方がいいからね」とおっしゃってくださっています。〝花を見ると心が和らぐ〟と言いますか、ちょっとホッとする感じになりますよね!(^^)! 組合員さんに感謝です。

ここで、5月と6月に同じ組合員さんからいただいた、〈何でもメッセージ〉のお便りを紹介します。

◇まず5月号より～～

4月26日に第2子を出産しました。出産直前に宮脇の生協でお買い物をした時、レジのおばちゃん(白髪でショートカットの優しそうな方)に、「もうすぐですか?がんばってくださいね」と言っていただきました。10カ月の妊娠期間で、知り合い以外から励ましてもらったことがなかったので、とても心あたたまりました。出産するまで、何度もあの声かけが頭をよぎりました。ありがとうございました♡。

◇続いて6月号です。～～

前回のメッセージで、妊娠中にあたたかい声かけをしてもらった、と書きましたが、宮脇店の小森さんでした(*^_^*)。ちょうど今回のハロー!コープに載っていて分かりました。

レジ・カウンター部門
小森(こもり)　玲子(れいこ) さん

そして、宮脇店で赤ちゃんを連れてお買い物をしていたら、「赤ちゃん石けんをもらってくださいね」と押川さんからも声をかけてもらいました。少しの声かけが嬉しいですよね～。

レジ・カウンター部門
押川(おしかわ)　優子(ゆうこ) さん

まずは、お二人目のご出産、おめでとうございます。そして、嬉しいお便りをいつもありがとうございます。子どもさんが、スクスクと元気に育ってほしいと思います(^^♪。メッセージの最後に“少しのお声かけが嬉しいですよね～”と書いてくださり、私も嬉しい気持ちになりました。気づきからのお声かけ、そして思いやりのあるお声かけをしてくださった2人の職員に感謝です。成長した子どもさんが、自分から「宮脇店に行ってお買い物がしたい!」と言ってくれるような、そんなお店を全職員で作っていきたいと思います。

知ってててお得！知ってて便利！『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、そうでない時もお世話になっています。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

中身：おしりふき
ベビーソープ2個
ウエットティシュ

写真は花繰店(都城市)の赤ちゃんルームです。

❑全店に『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。
❑「やさしさ　てらす」(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。

宮脇店からのお知らせ

営業時間 10:00～20:00
TEL0985-89-4011

宮脇店お楽しみ市
8/27(土)・28(日)・29(月)

9月のカレンダー

8/27(土)	↑
28(日)	お楽しみ市
29(月)	↓ 焼肉の日
30(火)	
31(水)	野菜の日
9/1(木)	防災の日・キウイの日
2(金)	
3(土)	ドラえもんの日
4(日)	串の日
5(月)	
6(火)	
7(水)	
8(木)	
9(金)	
10(土)	中秋の名月
11(日)	
12(月)	
13(火)	
14(水)	**店休日**(柳丸店は営業中)
15(木)	
16(金)	
17(土)	
18(日)	かいわれ大根の日・保障相談日
19(月)	敬老の日・海老の日
20(火)	彼岸入
21(水)	
22(木)	
23(金)	秋分の日
24(土)	↑
25(日)	お楽しみ市
26(月)	↓ 彼岸明
27(火)	
28(水)	
29(木)	
30(金)	

※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。実施については店舗にお問い合わせください。

＼＼ 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、ご利用のお店の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。

宮脇店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

日帰りで足の手術をしました。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・ベーシック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・ベーシックコース(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斉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 くらしの保障部
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

(CO・OP共済に加入するには)
出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員になることが必要です。生活協同組合(生協)は、お店や宅配などでくらしに貢献しています。

赤ちゃん石けんプレゼント ～出産された組合員さんご本人に、赤ちゃん石けんをさしあげます。お申し込みは、サービスカウンターまで!

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年の開発以来の人気商品です。＿＿に入るのはどれでしょう?
㋐ 松茸　㋑ ひじき　㋒ 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)」、「ベ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 へすすんでください。
• (http://www.miyazaki.coop)右のQRコードからもすすめます。
• 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　©ごまだれ
応募総数922通　正解者数906通

キリトリセン

ハロー!コープ No.320 クイズの答 2022.8月号
(9月15日〆切り)
→店舗支援部行

〈何でもメッセージ〉　回答（●いる ●いらない）

(氏名)　(組合員No.)
(TEL)　宮

※メッセージを紙面等で紹介する場合、写真や名前掲載にご協力いただけますか。○をお願いします。
(写真と名前可・名前可・イニシャルで可・名前不可)