

北小路店版

“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、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

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。半分は切って種を取り、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

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シ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て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



(左から) 店長: 西村清志、尾田千穂理事、延岡市: 読谷山洋司市長、永岡貴行エリア長、浜町店: 森本正二郎店長

いつも北小路店へのご来店、誠にありがとうございます。第51回総代会も終わり、延岡ブロック理事の尾田千穂さんと延岡支所エリア長、浜町店店長、そして私の4人で、自治体訪問を行ない、読谷山洋司(よみやまようじ)延岡市市長に直接ご対応いただきました。総代会が無事に終わったことや、延岡市の加入率57.2%(世帯に対してコープみやざきに加入して

とっても楽しみな孫の運動会

こんにちは。惣菜部門の竹内と申します。長引くコロナ禍で、大変な日々が続いていますね。それでも季節は巡って、運動会シーズン。息子3人が小学校の頃は、プログラム片手に移動しながらビデオを撮り、保護者競技に参加して忙しい日々でした。今は孫の成長が楽しみです。一昨年はできなかった競技も、去年は上手にできました。保育園でも家でも、お兄ちゃんになった今年の運動会。とっても楽しみです。ガンバレ!

惣菜部門 竹内 美和さん

写真はお孫さんの颯汰(あおた)くん

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

【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。

【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

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・ベージックコース(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 暮らしの保障部
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

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: 住宅センター (0985) 29-5800
東内全域 (0982) 33-6215
東北営業所
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じました。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。

納車後

新車を買おうかと思ったら、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。

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、または暮らしの積立に加算します。

安全性も充実「ライズ」

特典カードが使える販売店

- Honda Cars 日南(日南市電線)
- Honda Cars 都城(都城市内3店舗)
- Honda Cars 宮崎南(清武駅前日南-車庫)
- Honda Cars 宮崎(県内9店舗)
- 日産サティオ宮崎(県内13店舗)
- ネットトヨタ宮崎株式会社(県内13店舗)

※ネットトヨタ宮崎では、ダイハツ車購入の場合も使用できます。

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

いる人数)が宮崎市と同等で、北小路店ができて加入される方が増えていること、コロナ禍により人との接触を避けるために、共同購入を利用される組合員さんが増えていることなどを報告しました。

話の中で、コロナ禍による市民生活の大きな変化から、少しずつ『With(ウィズ)コロナ(=共生)』に向けて、様々な取り組みが始まりつつあることや、延岡市内の公園が綺麗に管理されていて、川島や浜川、城山の公園の遊具も新設されて、外で遊ぶ子どもたちも増え、賑わっていることなども話題になりました。また、子どもも高齢者、障害者にも住みやすい街創りの取り組みのお話も、話題になりました。

最近では、コロナ禍や石油・ガソリンの値上げに関連する物価上昇など、私たちを取り巻く社会環境は、目まぐるしく変化しています。コープみやざきでも、組合員さんの暮らしの変化や要望に合わせて、共同購入やお店で望まれていることの実現に努めてまいります。お困りのことがありましたら、どうぞお気軽にお声をお寄せくださいませ。

本日も皆様のご来店をお待ちしております。

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。で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」の鯛もお願ひしたところ、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

体重計

中身: おしりふき、ベビーツープ2個、ウエットティッシュ

写真は花線店(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 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

ハロー!コープ No.320 クイズの答え

◆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。2022.8月号

□に入るのとはどれでしょうか?
① 松茸 ② ひじき ③ 栗

◆「身近な暮らしの話題」、「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 ⑥ごまだれ
応募総数922通 正解者数906通