

小林店版

“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 宮崎県瀬頭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 9月号 No.321

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

赤ちゃんルーム
7月に出産しました。コープに赤ちゃんルームがあることを知ったので、お買い物に行った時に、安心して利用できます。
宮崎市のC・Eさん

親としてのサポート
この夏で高3の娘と中3の息子の部活が終わり、引退となりました。今まで毎週末は何かと忙しかつたが、これからは受験に向けて心配が増えそうです。コロナ禍で不安も尽きませんが、親としてできる限りのサポートをしていきます。生協さんの食材も使わせていただきますね。
宮崎市のY・Sさん

わが子の成長
2歳になる娘は「コープちゃんチーズ」が大好きです。昨年頃までは「ズ!ズ!」と言って泣いていましたが、今ではハッキリと、「チーズ」と言って求めてくるようになりました。成長を感じずにはいられません。生協さんの食材も使わせていただきますね。
宮崎市の白川美鈴さん

運動会の思い出

お祭りみたい
昭和30年代、私が小学校の時、校庭に出店が並び、かき氷屋さん、おもちゃさんなど、お祭りのような運動会でした。
宮崎市のM・Uさん(60代)

さすが青島
青島の施設に勤務していた時、運動会弁当のちらし寿司の上に伊勢えびが何匹も乗っているのを見てビックリ!ひと家族だけでないんです。とっても羨ましく思いました。
高鍋町のM・Iさん(60代)

生卵
父が運動会の朝に「早く走れるように!」と、生卵を食べさせてくれたことを思い出します。お陰で1等賞が取れました。
鹿児島県のF・Sさん(80代)

ダンスが楽しい
私は競技など走り回るのはあまり好きではありませんでした。でもダンスが好きでした。フォークダンスが特に楽しかったです。
宮崎市のM・Nさん(60代)

動けない
お昼ご飯をいっぱい食べ過ぎて、昼からの競技が動けなくて、大変な時がありました。
都農町のK・Sさん(50代)

ムカゴご飯
塩を利かして炊き上げたムカゴご飯は、食欲をそそります。今、庭の木にツルが巻き付いているので、収穫を逃さないようにと思っています。
小林市のT・Sさん

栗おはぎ
延岡に引越した時、運動会の時に初めてご近所さんから頂き、とても美味しかったです。それ以来時々作ります。
宮崎市のY・Nさん

太秋柿
柿の中でも「太秋柿」は一番好きです。シャキシャキの歯応え、瑞々しさは他の柿とは違いますね。秋が楽しみです。
宮崎市のY・Hさん

青切りみかん
小学校の運動会の頃、両親が必ず持ってきていました。お昼にあの甘酸っぱいみかんを食べるのが楽しみでした。
宮崎市のY・Tさん

秋刀魚
秋の夕方、散歩の時、どこからともなく秋刀魚を焼く匂いがしてると、しみじみと秋を感じます。私は大根おろしと平兵衛酢を添えていただきます。
宮崎市のS・Hさん

私が食べたい 秋の味覚

さつま芋
焼き芋と芋の天ぷらが大好きな私と子ども3人、楽しみにしています。
日向市の新開陽子さん

伊勢えび
9月は母の誕生日と敬老の日もあるので、お祝いで伊勢えび料理を食べます。その日が近づくとウキウキしてきます。
日南市のK・Kさん

新米
何をおいてもご飯好きの私にとって、新米が食べられる秋は待ちに待った季節です。塩おむすびが一番です。
宮崎市のT・Tさん

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!

店長便り

左から、
はまかわあやか 管理栄養士の濱川綾華先生
いけだなほみと 店長: 池田直仁
きのしたりんたろう 小林保健所の木下輪太郎さん

皆様こんにちは。店長のいけだです。先日、保健所主催の『健康づくり指導者研修会』に参加してきました。写真は、管理栄養士の濱川綾華先生と小林保健所の木下輪太郎さんです。特に小林市とえびの市を含めた西諸地区の方には、肥満や肥満予備軍の方が多いうので(耳が痛い)、宮崎県全体でも全国で男性ワースト3位、女性ワースト2位だそうです。さらに野菜の摂取不足、1日の歩数も少なく、塩分摂取過多という統計が出ています。そこで、「目指せ適正体重!」「野菜を一日プラス100g!」「一日プラス1000歩!」「食塩を一日マイナス2g」の4つの課題をおっしゃっていました。食べ過ぎに気を付けて、カット野菜1袋分くらい野菜を多めに食べ、10分多く歩き、塩を香辛料や薬味に変える等工夫し、一日小さじ1杯程度(6グラム)の塩分量に抑える必要があるそうです(男性7.5グラム、女性6.5グラムが目

7月の「わが家の声カード」の受けとめ

今回は小林店に対して、14件の声をいただきました。ありがとうございます。「お気に入り」は9件で、「お中元やお歳暮を贈るのに、送り先を印字してあって助かります」「トイレにお花がたくさん生けてあり、心が和みます」「お弁当がとても美味しかったです」等のご意見でした。「もっとこうして」は5件で、「誕生日に大声で「おめでとう」と言われると恥ずかしいので、止めて欲しい」「お気に入りの商品がなくなっているのを、ぜひ品揃えして欲しい」「他のスーパーでは見かけないのですが、レジでのピასは大丈夫なのですか?」などのご意見でした。いただいたご意見につきましては、お一人おひとりに丁寧にお答えしてまいります。お気に入りの声はさらに伸ばし、もっとこうしてのご意見はできる限りお応えしてまいります。この機会に限らず、気になることがありましたら遠慮なく、お近くの職員へお声がけください。お待ちしております。

<2階の「カート置き場」設置の要望について>

組合員さんから、「2階の駐車場で、林をつなぎながら買い物カートを返すのに苦労されている方を見かけ、何回か手助けしました。思いやり駐車場の近くに『カート置き場』を設置されると助かると思います」というご意見をいただきました。ありがとうございます。また手助けしていただき、心から感謝いたします。

担当者に相談したところ、2階の駐車場は防水加工が施されているため、設置は難しいということでした。誠に申し訳ありません。職員が時々2階を確認してはありますが、お困りの方を見かけましたら、職員へ教えていただくか、お手伝いをしていただけますと大変嬉しく思います。

知ってお得!知って便利!

ご要望に応じて、試食・試飲ができます

組合員さんが、「先日、サンプルで頂いたパンを子どもにあげたらペロッと食べたので、また食べさせたいと思って、今日買いに来ました!」と話してくださいました。「良かったですね!柔らかくて美味しいですよ〜!」と話がはずみました。

7月に赤江店(宮崎市)で展開した「美酢」では、お申し出により試飲していただきました。

ベーカリーの新商品のテイクアウト試食

ホームページがリニューアルします!

コープみやざきのホームページは2001年にスタートし、それから21年が経ちました。今ではスマートフォンなどの普及が大きく進み、共同購入のインターネット注文も、スマートフォンからのご利用が多くなっています。

そこでコープみやざきではスマートフォンでご利用がしやすくなるように、ホームページのリニューアルを進めています。リニューアルは10月頃を予定しております。

リニューアルイメージ

「車でフリーマーケット」出店者募集!

【日時】11月27日(日) 10:00~14:00
【場所】オーシャンドーム跡地横 立体駐車場 2階(宮崎市 シーガイア)
【募集内容および出店料】
◎2,000円区画(駐車場2台分)…14区画
◎3,000円区画(角地 駐車場3台分)…24区画
☆出店はコープみやざきの組合員さん、1人1区画のみ。
☆場所の指定はできません。

●お申し込み方法
コープみやざきのホームページからのお申し込みのみとなります。
※インターネット環境のない組合員さんは、お電話でも受け付けします。

●お申し込み受付期間
10月4日(火)お昼12:00~10月6日(木)17:00
お申し込み者多数の場合は、抽選となります。抽選に漏れた場合の「キャンセル待ち」の順番も抽選とさせていただきます。(先着順ではありません)

●お申し込み者は後日、抽選結果及び当日案内を郵送いたします。
※新型コロナウイルス感染症拡大の状況により中止する場合があります。

お問い合わせ先:総務部
車でフリーマーケット係
電話 0985-32-1234 (月~金 9:00~17:50)

料理のアイデア満載「かんたん料理集⑤」

目からウロコでした!
料理がマンネリしてしまう私…。先日、母から「かんたん料理集」をもらいました。目からウロコで、とっても勉強になりました!目次も分かりやすく、息子と主人に選んでもらい、お肉料理と魚料理を作ってみました。デザートにもチャレンジしたいです。
宮崎市の組合員さん

税込価格 1冊780円
◆コープのお店でご購入できます。

「ハロー!コープ」や「にじのわ」で紹介した、組合員さんのアイデア料理やカタログで紹介されている料理、70品を掲載。利用された組合員さんから「よかったよ」の声をたくさんいただいています。

お問い合わせ 経営企画室 日高 0985-32-1234

お店の「お友だち」になれませんか?

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。

「がん」と言われています

夏に胃と大腸の検診を受けました。どちらにもポリープが見つかり、すぐ切除していただきました。これを機に、妻には乳がん検診を強くすすめようと思います。(宮崎市の組合員さん)

乳がんは自己検診で見つけることができます。まずは毎月、自分で触診を!乳房エコーやマンモグラフィーなどの検診を併用し、早期発見を心がけましょう。「自分は大丈夫」「忙しくて時間が無い」と思わず、自治体や職場の「がん検診」をきちんと受けましょう!

乳がんは自己検診で見つけることができます。まずは毎月、自分で触診を!乳房エコーやマンモグラフィーなどの検診を併用し、早期発見を心がけましょう。「自分は大丈夫」「忙しくて時間が無い」と思わず、自治体や職場の「がん検診」をきちんと受けましょう!

【新型コロナウイルス感染症専用】共済金請求受付ダイヤル
0120-28-9431
現在コールセンターがつながりにくくなっています。新型コロナウイルス感染症専用ページはこちらから

大海原を望みながらの温泉も気持ちよかったです。

夫が伊勢海老を食べたいとの願いが叶いました。生活事業の案内に、行こうとしていた青島サンクマールの事が出ており、早速電話でお願いしました。青島サンクマールは、ずっと以前に利用した事があり、久しぶりに行きました。ホテルの立地条件がすばらしいですね!広々とした部屋で大海原を望みながらの温泉も気持ちよかったです。料理も新鮮で美味しかったです。

西都市 H・Kさんのアンケートより

お問い合わせは 旅行センター
電話 0985-28-0568
営業日:月曜日~日曜日(祝日も営業)
営業時間:9:30~17:50

青島 サンクマール

●チェックイン:15:00 ●チェックアウト:10:00 (入退室別) [レストラン]
■11/30まで ■1泊2食付 お一人様料金 伊勢海老会席:梅コース

4名1室 3名1室 2名1室
平日 15,400円 16,500円 17,600円

*平日 小学生 子供会席: 8,400円
*平日 幼児(3才以上) ランチ食: 5,100円
*添い寝幼児 施設使用料 1,100円

宿泊日により料金が変動します。詳しくはお問い合わせください。

伊勢海老の名前の由来は「磯にいるから」「威勢がいいから」など諸説あります。「海老」と書いてエビと読むように、腰の曲った姿は「長寿のシンボル」とされ、ゆで汁の鮮やかな赤は縁起のいいものとしてめでたい席では、鯛とともに欠かせないものとして日本文化に溶け込んだようです。めでたい伊勢海老を旬のこの時期にどうぞお召し上がりください。

欲しい本やDVDをお取り寄せします!

全商品 5%引き

「福袋」
福袋 1,463円
「ファンタスティック・ビースト」
DVD 1,493円

全てお取り寄せとなりますので、ご注文から1~3週間後のお届けとなります。

コープBOOK・CD・DVDセンター

電話(0985)28-6611 パソコン・携帯電話アドレス入力注文
FAX(0985)28-0033 ~http://www.miyazaki.coop/seikatu/index.html
営業日:月~土 9:00~17:50

クイズ

◆「もめん豆腐」はコープのお店で一番人気の豆腐です。生の大豆から搾った豆乳を使用しているのが特徴です。製法として、何に入るのどちらでしょうか?
◎丸しぼり ◎豆しぼり ◎生しぼり

◆「身近なくらしの話題」、「紅葉の思い出・または行ってみたい紅葉の名所」、「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」等の右の(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。ほかの郵送でも可。
◆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へご意見・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コードから応募してください。

●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。

●7月(No.319)ハロー!コープクイズの答 ①オリジナル 応募総数872通 正解者数856通

小林店のお知らせ

営業時間 10:00~20:00
TEL0984-23-8111

小林店お楽しみ市

9/24(土)・25(日)・26(月)

10月のカレンダー

9/24(土)	炭火焼・焼き芋 (焼のやきとり焼き芋)
25(日)	お楽しみ市
26(月)	唐揚げ、フライドポテト (ポテトチップス)
27(火)	焼肉
28(水)	たいやき (焼肉)
29(木)	焼肉
30(金)	焼肉
10/1(土)	トンカツの日 たこ焼き (大衆)
2(日)	豆腐の日 保障相談日
3(月)	
4(火)	イワシの日
5(水)	
6(木)	焼肉
7(金)	焼肉
8(土)	炭火焼・焼き芋 (焼のやきとり焼き芋)
9(日)	
10(月)	スポーツの日 まぐろの日・お好み焼きの日
11(火)	焼肉 (焼肉)
12(水)	豆乳の日 焼肉 (焼肉)
13(木)	さつまいもの日 すり焼きの天ぷら (イカ(イカ))
14(金)	焼肉 (焼肉)
15(土)	きのこの日 炭火焼・焼き芋 (焼のやきとり焼き芋)
16(日)	
17(月)	保障相談日
18(火)	
19(水)	
20(木)	
21(金)	焼肉 (焼肉)
22(土)	パン (いらいのぼん)
23(日)	
24(月)	霜降 唐揚げ、フライドポテト (ポテトチップス)
25(火)	世界バスターデー
26(水)	柿の日
27(木)	
28(金)	焼肉 (焼肉)
29(土)	炭火焼・焼き芋 (焼のやきとり焼き芋)
30(日)	お楽しみ市
31(月)	ハロウィン・日本茶の日

※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。