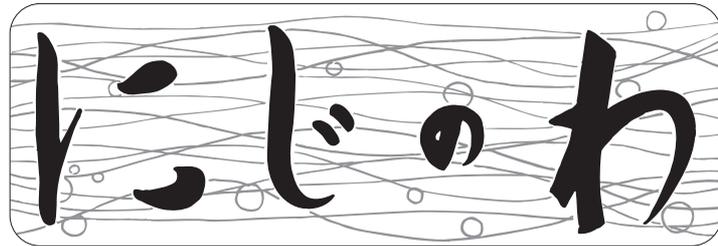


“私たちの供給する商品を中心に
家族の団らんがはずむこと”を
めざします。



組合員数 266,982世帯
県内全世帯に対する加入率 56.4%
一人平均出資金額 19,190円 (7月31日現在)

8月 222号 5回

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
電話 (0985)32-1234 FAX(0985)32-3355
ホームページアドレス <http://www.miyazaki.coop>

わが家の防災対策



100円商品、あなどるなかれ

宮崎市の組合員さん

わが家の防災対策はほぼ100円ショップで揃えました。インターネットで備えておくべき一覧表をダウンロード。100円商品、あなどるなかれ。ほぼ揃います。備えあれば憂いなし。

披露する機会がないことを祈ります

延岡市 K・Hさん

わが家の防災対策の1つに、食料確保があります。冷凍食品はもちろん、停電になってもしばらく困らないように、と買い置きが半端ないです。また大好きなパンも手ごねで作れるように準備しています。でも、腕を披露する機会が来ないことを祈っています。

誕生日プレゼントに防災リュック

宮崎市の組合員さん

娘から誕生日プレゼントとして、防災リュックが届きました。災害の時に必要な物が一通り入っていたので、その他に自分が使うものをプラスしていつでも持ち出せるようにしています。1人1つ準備してあるので、安心です。これからも定期的にチェックして常に意識して生活していきます。



バックに入れて用意

延岡市の組合員さん

長らく防災準備をしていなかったわが家ですが、宮崎で立て続けに地震があった時、一通り水や缶詰などバックに入れて用意しました。

簡単だよ

日南市 Y・Sさん

毎日何リットルも麦茶を作るわが家。使い終わった麦茶パックを軽くしぼって、フライパンの汚れを拭きとったり、シンクや排水溝を掃除してから捨てます。ただ捨てるだけではもったいない！

2時間かけて草むしり

宮崎市の組合員さん

自宅の庭を見ると、雑草が生えている。夏冬は起きてパーツとカーテンを開けるけど、夏はカーテンを開けて庭の雑草を見て見ぬふりをしてしまう。昨日は2時間かけて草むしりをした。汗びっしょり。コロナ禍で運動しなくなったので、よかったかな。

冷やし中華がうまい！

宮崎市 永福テル子さん

毎日暑いです。室内でも汗が。食欲不振になるのだけはと気を使っています。主人は冷やし中華が大好きです。暑い時はこれが一番です！玉子・ハム・キュウリ・ピーマンを千切りにして、混ぜ合わせて食べます。

今年は庭に植えているキュウリがよく育ちます。6月中旬から今まで、13本収穫しました。大きいのは長さ13cm、450gもあり、4回に分けて酢の物や即席漬けて食べました。青ジソもいっしょに料理して、暑い夏をわが家の野菜で楽しんでいきます。

宮崎市 S・Tさん

キュウリがよく育ちます

ネットですしのしょうゆ漬のレシピを見つけて、以来何度も作っています。あたたかいごはんに冷たいシソをくるんで巻いて食べたら、止まりません。

たより コープみやざき

投稿はできるだけ200字以内でお願いします。携帯メールからの写真付きのおたよりもお待ちしております。

にじのわメールアドレス niji@miyazaki.coop

シソのしょう油漬

延岡市 Y・Sさん

きれいな空気でリフレッシュ

高鍋町の組合員さん

暑さが増し、マスク着用のなか息苦しさを感ずります。こまめに水分をとり、きれいな空気を吸って、リフレッシュしましょう!!

あつという間の年月

宮崎市の組合員さん

1977年10月に生協に加入。それからあつという間の年月です。子どもたちのために、少しでもいい品をと加入しましたが、それぞれ独立し、家族持ちとなりました。

保冷材を入れて持つていきます

宮崎市の組合員さん

夏は保冷剤を入れて、お弁当を持っていきます。お昼まで結構ひんやりしていて、おいしくいただけます。



ただ捨てるだけではもったいない

宮崎市 S・Oさん

毎日何リットルも麦茶を作るわが家。使い終わった麦茶パックを軽くしぼって、フライパンの汚れを拭きとったり、シンクや排水溝を掃除してから捨てます。ただ捨てるだけではもったいない！

家でもばあばのお家でも

日向市の組合員さん

子ども達のおやつに、自分子どもの頃食べていたパンちゃんを買いました。実家に写真を送ると、実家でも久々にパンちゃんを買ったそう。家でもばあばのお家でも食べられて、うれしそうなお子ども達でした！

まるで天気予報士

宮崎市の組合員さん

セミが盛大に鳴くと、今日も暑い天気。それがびたりと鳴きやむと雨が降り始めたか、近づいてきているような気がします。まるで天気予報士みたいです。



熱中症に注意して節電

えびの市の組合員さん

先日の夕方、雷鳴とともに強い雨が降りました。今年の梅雨はあつという間に過ぎましたが、その後の大雨、地球環境の悪化に伴うものなのではないかと、熱中症に注意しながら、節電しようと思います。

富士山登山に成功しました!! ちよつと大きですが、長年の夢だった富士山登山が、73歳のこの歳に実現できるとは思ってもみないことでした。
友人全員70代。5合目からいよいよ7合目までの登山開始。背には9kg近いリュック。雨と横風にあおられ気圧の変化に耐えながらの登山は、想像以上に体力を消耗し、夢が一瞬にして絶望へ。それでもがんばって7合目へ。
翌朝4時起床。昨日の天気は、どこへ? 初めてのこの来光を目の当たりにした感動が、もつと上へ登る気力を与えてくれました。あの美しい富士山は、安易な人の入山を拒むかの如く、険しい石山と溶岩の繰り返しでも眼下の景色に心奪われ、「六根清浄」「どっこいしょ」と、一歩一歩岩を掴み這うように8合目へ。
ガイドや仲間を支えられて、やつと本当にやつと、山頂へたどり着きました。何度途中で「もうここで充分!」と思ったことか。神の山富士山に、この歳で足を踏み入れることができたなんて! 美しい姿の中に厳しさが潜んでいる富士山。友と抱き合い涙が止まりませんでした。細かい砂利に足を取られながらの下山もまた、厳しいものでした。手で掴めるような雲海。眼下に広がる湖や輝く街灯り。厳かに登ってくる来光。あの絶景は、登った者の一生の宝です。
70代、まだまだやればできます!!



孫がわが家に遊びに来た時、電灯のひもが珍しかったようでついたり、消したり。先日は若者が公衆電話の使い方がわからないとのニュースも。「公衆電話、簡単だよ。10円玉を入れて」と我々。「スマホ、簡単で便利だよ。早くマスターしなよ」と子ども達。

ずっとどうしたら…と思って いたことが解決できました

コープの 保障相談

初めての相談で、どう言えばいいか、どう伝えたいかが、不安でした。会って話を聞いていただくと、安心しがいありませんでした。一つ一つ丁寧に答えてもらい、他の保険(封書できた不明の保険)についても、気軽にはつきり説明してもらい、ずっとどうしたら…と思っていたのが解決できて本当にうれしかったです。

(高鍋店で相談された組合員さんより)



おたより、ありがとうございます。今後も「相談してよかった」と言ってもらえるよう、努力します。

プラスサービス
橋本郁美

ご相談は無料です。

お問い合わせ先
コープみやぎきの保険代理店
有限会社 プラスサービス
電話 0985-38-8668
(月曜~金曜 9:00~17:50)

- コープのお店では、毎月相談日を設定しています。サービスカウンターでご予約ください。
- ◆共同購入ご利用の方は、配達を担当者へお知らせください。専任の担当者から連絡を差し上げます。

組合員さんから お聴きしました!

メッセージも送れて、 とてもうれしく思いました

先日ここにこ便を利用させていただいた際に、驚いたことがありました。ここにこ便の注文用紙のメッセージは、直筆が送り先に届くということです。とてもうれしく思いました。

都城市の組合員さん



直筆のメッセージも荷物とお届けできます。

共同購入にここにこ便とは…カタログ商品を組合員さんに代わって、コープみやぎきから直接県内外の方へ発送するしくみです。共同購入をご利用されている組合員さんなら、どなたでもご利用いただけます。インターネット、もしくは『ここにこ便専用注文用紙』でご利用ください。

「くらしの積立」使っています!

もっと早くから使えばよかった!

宮崎市 M・Jさん
新型コロナウイルスの関係もあって、なるべく簡単にレジで精算ができるようにと「くらしの積立」から支払いするためにチャージしました。今までのように現金で支払い、おつりを受け取る…という手間がなく、すごく便利です!また、レシートに残高が印字されるように、カウンターで手続きをしました。今更ですが、もっと早くから使えばよかった!

賢くお買い物

門川町の組合員さん
「くらしの積立」でコツコツとお金を貯めて、家計がピンチの時には積立から、らくらく支払い中です!みなさんもこの方法で、賢くお買い物しましょう!

とても便利です

宮崎市の組合員さん
お店での支払いは、コープカードの「くらしの積立」を利用しています。「くらしの積立」をチャージしておけば、支払いの際にお釣りをもらう煩わしさもなく、とても便利です。

小さな幸せ

門川町 T・Kさん
「くらしの積立」を活用しています。共同購入の注文をする度に「くらしの積立」に足していき、ある程度貯まったら、生協のお店でお寿司やスイーツなどおいしいものを買って食べています。小さな幸せ。

★積み立て方法

- お店で簡単に積み立てができます。「〇〇円くらしの積立」とお申しつけください。
- 共同購入の注文用紙で注文できます。注文用紙表面の左上、「くらしの積立額」に積み立てる金額をご記入ください。

今回積立額 万円 千円 百円 〇〇円

積み立てる金額をご記入ください。

★お店での使い方

- レジで「くらしの積立からの支払い」とお申しつけください。

はい、わかりました。

くらしの積立から支払います。

★積立金額の確認方法

- お店のサービスカウンター「つみたてイクラちゃん」で確認できます。
- レシートに残高を印字できます(サービスカウンターでの登録が必要となります)。
- 共同購入の注文用紙に表示されます。
- ホームページでは、インターネットショッピング「ログイン」後の画面で確認できます。

※インターネットショッピングのご登録が必要となります。

「つみたてイクラちゃん」

「くらしの積立」を共同購入の支払いに使いたい時はどうするの?

注文用紙で簡単に、「くらしの積立」でのお支払いが選べますよ。




- ① 今回の注文分をくらしの積立からお支払い
⇒ご注文の翌々日に積立から引かれます
- ② くらしの積立の金額を指定してお支払い
⇒ご注文の翌日に積立から引かれます
- ③ ご注文の翌週に口座振替される分(店舗・ガソリン代の口座振替など含む)をくらしの積立からお支払い
⇒注文日から次にくる日曜日に積立から引かれます

(例) 火曜日をご注文日の場合、上記①・②・③それぞれのくらしの積立から引かれるタイミングは、次の通りです。

月	火	水	木	金	土	日
	ご注文日	②金額を指定した場合	①今回の注文分をお支払いする場合			③ご注文の翌週に口座振替される分をお支払いする場合

お問い合わせは、地域責任者支援課
電話 0985-20-2110
(月曜~金曜 9:00~18:00)

「くらしの積立」の金額が、支払いに足りない場合は、どうなるのですか?
くらしの積立が全額支払いにあてられ、足りなかった差額分が請求/支払いになります。