

“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 269,157世帯
県内全世帯に対する加入率 56.9%
一人平均出資金額 19,293円 (1月8日現在)



2月 24号 2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 https://www.miyazaki.coop

2023年に やりたいこと

その3

夫と一緒に登山

宮崎市の組合員さん
今は毎日ウォーキング
をしています。夫と一
緒に登山してみたいです。
以前は子どもを連れて行
ったりしていましたが、
夫と2人になり、時間
にも余裕ができたので、ま
ずは霧島の韓国岳でも。

『幸せホルモン』

延岡市の組合員さん
子どもも親元から離れ
て、自分の時間がよう
やく持てるようになった
ので、2023年は食べ
歩きをしておいしいもの
をたくさん食べたい、いや
食べるぞ!!おいしいもの
を食べて、『幸せホル
モン』をたくさん出した
いです。

散歩からスタート

延岡市 S・Uさん
毎年「今年こそはス
ポーツをしよう」と思
うのですが、重い腰が上
がらずなかなか実行に
移せていません。歳を
重ねるごとに筋力が落
ちていくので、2023
年こそは『散歩』から
スタートし、徐々に行
動範囲を広げていき
たいです!!

断捨離

都城市の組合員さん
あと2年で70歳。
「そろそろ身の回り
の整理を」と考えて、
パートを辞め、断捨
離をしました。今年こそ
は、家の中が片づくこ
とを信じて、がんばり
ます。

トマトケチャップで サビ落とし

高原町の組合員さん

賞味期限が過ぎてしま
ったトマトケチャップを
捨てようとして、ひらめ
いたこと。以前テレビで
、サビ落としにケチャ
ップがよいと言っていた
のを思い出して、やっ
てみました!サビは、
だらけのハサミにケ
チャップを塗って、サ
ランラップで包み、1
日後に開けてびっくり
きれいにサビが落ちて
いました。みなさん
ぜひお試しください
ね。



たより コープみやざき

携帯メールで、おた
まりを送ることも
できます。



にじのわメールアドレ
ス nijimiyazaki.coop

もう一度乗りたいなあ

日南市の組合員さん

新しく就航した宮崎カ
ーフェリーのフェリー
たち。興味があり、乗
り物酔いするにもか
かわらず、一人で乗
ってききました。と
てもきれいで快適に
過ごせました。もう
一度乗りたいなあ。

寒い時は 靴下と腹巻き!

小林市の組合員さん

私、夏でも腹巻を使
っています。お腹を
冷やさないから、夏
バテもせず、寒
くなっても風邪も
大丈夫です。体温
が高いと、免疫力
が高くと聞きました。
今年の寒さも腹巻
ががんばります!



手作りの布ぞうり

宮崎市の組合員さん

先日、小学生の息子の
持った久走大会があり
ました。2年生になり
、体力もついたので、
一度も止まらず歩
いたりすることなく、
走り切りました!!家
に帰った息子は「自己
ベストだった」と満
面の笑みで、自信に
満ち溢れていました。
よがんばったね!

ハンドメイドが趣味
で、着物のリメイク作
品も数多く作り、今
年のクリスマスマス
プレゼントを兼ねて
着物を着ました。出
来栄えも上々です。

周りの組合員さん
と交流して、声をお
聴かせください!

くらしの交流会

職場の仲間が集まりました!

宮崎市の I・Yさん

職場女性4人でランチ
に行きました。コロナ禍
で1年振りの食事会
でした。話題は、も
つぱら価格高騰の
こと。遠方からの通
勤の方は、ガソリン
代が大変なようです。
これから、新年
度の出費が恐ろしい
...



宮崎市 I・Yさんと職場のみなさん

☆『くらしの交流会』補助制度は組合員さん同士の交流を応援し、交流で出した声を生協の事業に生かしていく目的で行っています。
☆2人以上の組合員さん同士の交流する機会(お茶会・お食事会・忘年会・歓迎会・送別会など)であればお1人500円を上限に補助します(年1回)。

交流会の写真も
お待ちしております!

まずは、くらしの交流会補助申請書をお取り寄せください。

くらしの交流会補助申請書 請求番号 **370838** 番

マッサージ効果もあり、主人はとっても気に入っています。孫はどんな顔をするやら!楽しみです。

ゆずのマーマレード

延岡市 K・Hさん

ゆずをいただきました。今回はゆずのマーマレードを作ってみました。とてもおいしくできました。「ただの炭酸水」で割って飲んだり、紅茶に入れてみたり、もちろん、ヨーグルトやトーストにもつけて楽しんでいます。



『くらしの交流会』補助制度のご案内

2022年度分は、2023年3月31日までに開催された交流会が対象です。

例えばこんな交流で使われています

お母さんとお茶会	PTAなどの懇親会	サークルなどの食事会	ご近所・職場の歓迎会、送別会	お友だちとのランチ

◆交流する組合員さん同士は、どんな関係でもOKです。

- ・共同購入グループ・職場・ご近所さん・お友だち・親戚など。
- ・生協の組合員さん以外の方がいる場合もOK!(ただし、組合員さんのみ補助の対象となります。)

お問い合わせは、総務部
電話 (0985) 32-1234 (月曜~金曜 9:00~17:50)

私は大人になって知り合
った方々に「〇〇さん
って話すの全然緊張し
ないでしょ?」とか、「人
見知りとかせず、誰
とも話そう!」と言われ
ます。子どもが小さ
かった時にPTA活動
や地域活動に積極
的に参加していたか
らだと思います。し
かし、みなさんが抱
く私のイメージの返
答は「いいえ、そん
なことありません」
です。

今だから話せませ
うが、小学生の時の
私は引つ込み思案
で極度のあがり症
でした。先生に
あてられ、発表
時には急に喉が
詰まる感覚で
声が出せず、目
もチカチカして
開かなくなり、
最終的にパニック
になり、泣くこ
ともありました。
目立たないよう
にと身を潜めて
いたせいか猫背
と巻き肩にな
ったので、今は
意識して姿勢
を正しています。
もちろん、人
前でも話したり
、色んな人と
話せるようにな
りましたが、今
も変わらず苦
手意識はあり
ます。

それでも、こ
こまで可能
になったのは、
やはり高校
卒業後に大阪
へ行っただけ
で、大きくな
ったと思っ
た人に対して
の敷居が低
く、エネルギー
で社交的な
人が多く大
阪で感じた
「人感」が、
自分自身に
あるのだら
う。こんな
自信がある
なだけでは
なく、緊張
しいでも、
人見知り
でも、それ
も一つの
個性であ
る。それが
良いこと
を教える
こともあ
る。これ
からも色
々な場
面を自
分自身が
あり、人
は人、分
かち合
います。



大腸がん検診 (便潜血検査) のご案内

提携の高野病院検診センターから専用キットが送られてきますので、ご自宅で2日分を採便して返送するだけでOK!

初めて大腸がん検診を利用して、「異常なし」の結果に安心しました。結果が直接本人に届くので、安心して申し込み、便利です!

(宮崎市の組合員さん)



2月末まで
お電話で承っております

生活サービスセンターまでお問い合わせ、お申し込みください。

大腸がん検診キット
1,760円(税込み)

※共同購入注文用紙でのお申し込みは2月3日(金曜)で終了します。以降は生活サービスセンターへお電話ください。

詳しくは今週お届けのチラシをご覧ください。

【お申し込み・お問い合わせ】

生活サービスセンター 電話 0985-29-5800
月曜～土曜 9:00～17:50

CO・OP共済ニュース

宮崎県内でも火災が増えています!

普段から火の扱いには気をつけているつもりでした。工作中、「火事」の連絡もらった時は腰が抜けそうでした。幸い小さな家を建て直すくらいの保障があり、助かりましたが…保障の大切さを身に染みて実感しました。
組合員さんの声

寒くなり、鍋もので卓上コンロを使ったり、ストーブなどの暖房器具を扱う機会が多くなります。空気も乾燥しています。火の取扱いには十分気をつけたいものです。また、過去に大雨による水害被害に遭われた建物は、配電盤などの点検(漏電などのチェック)も必要とされています。

身近なものばかり!

2021年に発生した住宅火災の出火原因ワースト3

1位 たばこ 2位 たき火 3位 コンロ

火のそばで、消毒用アルコールを使うのは大変危険です。

出典:消防庁「2021年(1月～12月)における火災の状況」



お問い合わせ先

コープ火災共済センター 電話 0120-603-143
くらしの保障部 電話 0985-29-3700
(月曜～土曜 9:00～17:50)

EcoRing 宅配買い取りサービス

ご自宅で箱に詰めて送るだけで、宅配買い取りがご利用できます。ここでご紹介しているもの以外にも、多数のお品物を取り扱っています!

衣類	靴	時計	古美術品	バッグ	眼鏡・サングラス
ハンカチ・スカーフ	筆記具	香水	コスメ	キッチン用品	箱有未使用食器
未使用ギフト	カメラ	着物・反物	ノーブランド品も 生協組合員の特典として 買い取ります		

くわしい資料はこちらからご覧ください。



資料請求番号

370073

お問い合わせ先 生活サービスセンター
電話 0985-29-5800 (月曜～土曜 9:00～17:50)

ご依頼から買い取りまで **カンタン3ステップ** 査定・送料 無料

宅配キット
申し込み



品物を送る



査定金額を
ご案内

宅配キットは注文用紙からご注文できます

伝票のみ・紙袋・エコバッグはポストへ配達するので受け取りもスムーズ!	紙袋	エコバッグ	ダンボール(小)	ダンボール(中)
伝票のみ 注文番号 372793	注文番号 372811	注文番号 372831	注文番号 372849	注文番号 372857
41cm	W33xD19xH46cm	10kgまで	20kgまで	
31cm x 11cm		38cm x 26cm	54cm x 33cm	

伝票はついてきます!

1回のご注文につき、1種類のみで、かつ1つのみのお届けです。

共同購入注文用紙に注文番号と数量1とご記入ください。
(1回の査定が終了後、新たにご注文できます)

※生協にご登録されている住所へ、直接宅配業者がお届けします。
※伝票のみで、ご自宅の箱を利用される際は、縦・横・奥行の3辺の合計が130cm以内の箱、1箱のみのご発送をお願いします。
※紙袋・エコバッグには割れ物を同梱しないでください。

愛車の車検・点検や修理も承ります

今回は急な修理で、実家の近くの工場を紹介してもらいましたが、コープさんを通してだったので安心してお願いできました。修理の内容が分からず何度も同じことを聞いているのに、よく説明していただき本当に助かりました。いつもお願いしている工場と同じ丁寧な対応で、お願いしてよかったと思いました。

(宮崎市の組合員さん)



提携の車検修理工場

高千穂町三田井：飯干自動車整備工場
延岡市須崎町：三和自動車整備工場
延岡市古川町：甲斐自動車
日向市財光寺：中西自動車販売
新富町三納代：石崎自動車工業所
宮崎市恒久：小村自動車サービス
宮崎市大瀬町：リバーサイドカーケアセンター
宮崎市芳土：藤元自動車工場
都城市上町：栄輪モータース



- どの提携工場でも同じ料金設定で安心。
- ご利用代金が利用割戻しの対象となります。
- 小さな修理でもご相談ください。
- 部品交換(修理箇所)がある場合は電話で分かりやすく説明をし、ご了解の上で作業に入ります。
- 車検の際、車の持ち込み・引き取りをされる場合は片道1,000円の割引。
- 車検時には部品交換の工賃10%引き。
- 出張見積もりいたします。
- 代車は無料でご用意します。
- 職場への引き取り・納車もできます。

コープ車検の料金やサービス内容、提携工場の地図を掲載した資料をお送りします。

資料請求番号

355232



お申し込み・お問い合わせは
カーライフ支援センター

電話 0985-29-5800
月曜～土曜(祝日も営業)9:00～17:50