

“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 269,091世帯
県内全世帯に対する加入率 56.9%
一人平均出資金額 19,368円 (2月19日現在)

3月 250号 4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>

たより
コープみやざき

メールで、おた
めを送るこ
とができます。
にじのわメールアドレ
ス niji@miyazaki.coop



海が見えてとても
気持ちがいいです

都農町の組合員さん

家の倉庫の入り口を、西から東にしたのですが、寒い日も西風が入らず、とてもポカポカです。たまにテールとイスを置いて、お茶しています。入口を東にしたおかげで、海が見えてとても気持ちがいいです。山もいいけど、私は海がいいかな。海は、夏と冬で色が違いますよね。家の中からも、毎日海を眺めています。

血管年齢20代

西都市の組合員さん

先日、検査で動脈硬化を指摘され、検査したら、血管年齢が20代だとほめられました。昨年は50歳後半だったので、先生にもビックリ。運動のおかげかなと。やっぱうれしかったので、ウォーキング・ジョギングは続けてがんばろうと思いましたが、健康第一。あちこち痛いけど、がんばって続けます!!

新生活

がんばってほしい

宮崎市 K・Sさん

高校受験と大学受験と、受験生が2人いましたが、ようやく進学先が決まり、一安心しました。ずっと緊張感があつたので疲れましたが、これからは入学準備などを早めに進めていきたいと思えます。学校の先生方や応援していただいた方々に感謝しながら、新生活をがんばってもらいたいです。

チラホラ

咲き出しました

宮崎市の組合員さん

庭の梅の花がチラホラと咲き出しました。もうすぐ春ですね♪花粉症の季節です。もう、鼻が少しぐずぐずしています。



いよいよ小学1年生

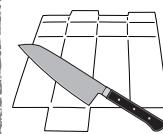
延岡市 Y・Mさん

今年長男がいよいよ小学1年生になります。毎朝早起きできるかなあ。お姉ちゃんがいるのでまだよいですが、心配は尽きません。楽しく登校できたらいいな。

牛乳パックで防臭

日南市 M・Mさん

牛乳パックをきれいに洗って乾かし、まな板の上を広げます。肉・魚を切る時にまな板が臭くならないの便利です。



「ザ・春」

延岡市 K・Hさん

私は桜の季節が好きです。川沿いの桜のピンクと、菜の花の黄色と緑の調和が「ザ・春」そのものです。いつも車越しに眺めるのですが、一度はそこを歩いてみたいですね。

来年1月の成人式

宮崎市の組合員さん

来年1月は娘の成人式。1年前には振袖を予約するの、当たり前なんですね。娘は県外にいるので、私が色々と動いて大変ですが、なんだかとてもわくわくして楽しいです。

青空の下の桜

宮崎市 うさぎのKさん

今年こそはお弁当を持って、桜を見に行きたいと思っています。青空の下の桜は、本当にきれいで見とれます。3年ぶりに、ぜひ行ってみたいです。

手始めに乗馬から

宮崎市 A・Aさん

私は春生まれ。この季節にしかできないことではないけれど、子ども達も独立して、自分の時間を楽しもうと思っている今日この頃。誕生日に合わせて、自分のためにプチ鬻沢をしようと思っています。手始めに、今年は乗馬。今からワクワクしています。

さくらもち

延岡市 T・Nさん

やっぱり春といえば、さくらもち。甘いものをあまり食べない夫も好きで、見つけると買ってしまいます。食べすぎ注意ですね。



季節の移ろい

宮崎市の組合員さん

春の楽しみは、芽吹きの新芽の鮮やかな色です。生き生きとしたやわらかな新芽を目にすると、心が浮き足立ちます。当たり前のように、冬の次には春が来る、そのような季節の移ろいに感動します。

セリの白和え

三股町 内田直子さん

春の楽しみは田んぼのあぜ道のセリ摘み。春の香りがします。ピーナッツを粗く刻んで、お豆腐をしぼって、お味噌、砂糖と合わせて白和えに。セリの代わりにほうれん草や小松菜でもよいです。作ってみませんか?

春の楽しみ

その3

毎年恒例の山菜採り

都城市 M・Oさん

毎年恒例、山菜採りに母や子どもと行くことです。春にしか食べられない新鮮な山菜を自然に触れ合いながら、皆でワイワイ見つける楽しさ、春ならではのわが家のイベントになっています。



大学入学の準備

門川町 渋谷知美さん

長男の大学入学の準備でしょうか…。アパートを決めたり、家具・家電を決めたり、色々とお世話ですが、楽しみでもあります。大学4年生の長女も家を出るので、一気に2人も減り、寂しくなりますが、将来のためにがんばってほしいです。

やっぱり「食」!

延岡市 S・Uさん

春だけではなくありませんが、やはり「食」です!とても甘い新玉ねぎや春キャベツ、メロンや甘夏みかんと、その季節ならではの味わえるものが楽しみです。気候もよくなるので、お弁当を持って近場にお出かけしたいです!



新聞を読むのが好きなきとを、以前この欄で書きました。その後も毎日、自分の興味・関心のあるところを中心に、楽しみながら読んでいます。

先日、ある記者のコラムの中に、はつとする言葉を見つけた。正しいことを言うときは、少しひかえめにするほうがいい。正しいことを言うときは、相手も傷つけやすいものだ。と、気づいているほうがいい。

有名詩の一節だそうですが、私は初めて知りました。なぜこの言葉にひかかったのか考えてみると、思い当たることがありました。会議の中で発言する時、自分の意見があたかも正しいような言い方をしたからです。自分の考えを述べることは、とても大事なことで分かっていました。発言内容は正しかったと思っただけですが、相手の方の発言を否定することになり、果たしてあの言い方でよかったのか、後になって考えてしまいました。考え方は人それぞれで「正しい」という事柄も、それぞれだと思えます。

コロナ禍になって3年が過ぎましたが、この間いろんな価値観が生まれ、それぞれが主張することで対立することも多く見聞きしてきました。こんな時代だからこそ「私はこう思います、あなたはこうですか?」と問いかけて合う関係を大事にしたいと思えます。



共同購入お約束便が お役に立ちます!

注文忘れがなくて便利!



川南町の組合員さん
私は「生しぼりもめん」を毎週必ず注文するのですが、「共同購入お約束便」に登録してもらったら、頼み忘れることもないし、毎回記入しなくてもいいのでとても便利です。

必要な商品が毎週届いて助かります



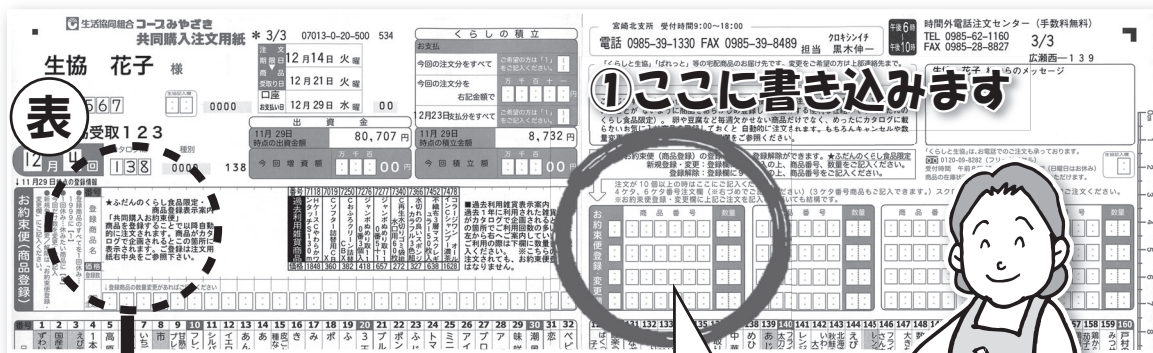
宮崎市の組合員さん
お約束便に登録してよかったです!私はいつも夜にインターネットで注文しますが、眠くなってそのまま注文を忘れてしまうことがありました。お約束便に登録してからは、毎週必要な商品が届くので、すごく助かっています!

お約束便とは?

組合員さんがほしい商品を、あらかじめ登録しておく仕組みです。商品に登録するとその商品がカタログで品揃えされたときに、指定された個数届きます。
※商品は、注文用紙の提出の有無にかかわらず届きます。
※商品の価格は、その時のカタログの価格になります。
※登録ができるのは、カタログ「ふだんの暮らし」と「やさしさでらす」の商品です。雑貨や衣料は登録できません。

申し込み方法

組合員さんが注文用紙で申し込みいただけるようになりました。



申し込みの翌々週から、次週ご注文分が表示されます。

261	267	310	315	335	349	5
登録商品名	2分生割生しぼりもめん	国産小粒納豆	低脂肪牛乳1ℓ	6個白たまご	ブレインビヨウグルスト	食パン6枚
価格	139	106	200	139	160	135
登録数	1	2	2	1	3	1

こちらでお約束便(商品登録)新規登録・登録解除:登録

注文が10個以上の時はここに記入(4ケタ、6ケタ番号注文欄(3ケタ番号)※お約束便登録・変更欄に上記ご注文を)

お約束便

商品番号	数量
7 3 1 0	2

記入番号は「1」

登録したい商品の注文番号

登録する個数

②次の週から品揃えがあった時に商品が届きます

数を1回だけ変更したい場合

私は低脂肪牛乳を毎週2本届くように登録してるけど、来週は3本欲しいのよ。そんな時はどうしたらいいの?



個数を変えたい時はここに記入ください。次の週、記入された個数で届きます。登録の個数は2個のままで変更されません。

冷蔵庫に余ってるから、来週は「0」にしたいのよ。



同じ所に「0」を書いてください。

ご不明な点がある方やインターネット注文をご利用の方は、配達にお伺いしている地域責任者、もしくは地域責任者支援課までお問い合わせください。 電話 0985-20-2110 (月曜~金曜 9:00~17:50)

CO・OP共済ニュース

東日本大震災から12年 ~防災・減災、そして生活再建~

家族皆、安堵しました

地震被害への迅速な対応に心から感謝致します。お陰様でお風呂など損壊した箇所の修理に取り組むことができました。被害を受け、不安になりましたが、共済金を受け取り家族皆安堵いたしました。(共済金の手続きをされた方より)



コープみやざきでは生活再建のお手伝いとしてCO・OP火災共済を取り扱っております

全国各地で地震が発生しています。昨年1月の地震では、県内でも大きな揺れを感じ、「ブロック塀が崩れた」「地震の保障は付いていますか?」など多くのお問い合わせをいただきました。「何も保障を持っていない!」と慌てて加入される方もいらっしゃいました。皆さん、もしも被災された時、今と同様の生活に戻すための保障はお持ちでしょうか?

地震への備え、できていますか?

各自治体が作成している「防災マップ」に目を通しておきましょう。どこに・どのように避難するか?それぞれで避難できるよう、ご家族で話し合っておきたいですね。



非常用持ち出し品を準備しましょう

もしもの時、持ち出す物を確認しておきましょう。食糧や飲料水に加え、「メガネ・コンタクト・補聴器・入れ歯とそのケース・携帯電話」など、配給が難しく自分の物でないと困る物は、優先して準備しましょう。



新型コロナやインフルエンザなどの感染症対策として、マスクや消毒液なども常備しておきたいですね。

〈お問い合わせ先〉
コープ火災共済センター 0120-603-143 (月曜~土曜 9:00~18:00)
くらしの保障部 0985-29-3700 (月曜~土曜 9:00~17:50)