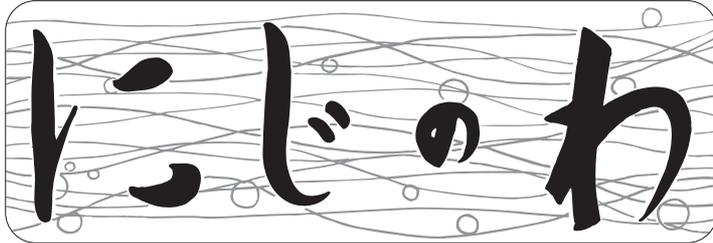


“私たちの供給する商品を中心に
家族の団らんがはずむこと”を
めざします。

組合員数 271,232世帯
県内全世帯に対する加入率 57.2%
一人平均出資金額 19,068円 (9月24日現在)



10月 330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

秋の味覚

義母の栗おはぎ

日向市 T・Iさん(70代)

少しずつ秋の気配を感じる頃となりました。「秋の味覚」は色々ありますが、忘れられないのは義母の栗おはぎです。子どもたちの運動会にいつも作ってくれていました。手間暇かけた栗おはぎはほっくりとやさしい甘さで、とてもおいしかったなあ秋になると思い出します。



モンブラン

延岡市 K・Hさん(60代)

私の秋の味覚代表はケーキのモンブランです。いつでも食べられるイメージですが、「栗」は秋ですよ?!細いマロンクリームが山のように折り重なったケーキを、一口食べるごとに秋を感じます。あ〜、早く食べたいです!



きのこの炊きこみごはん

高千穂町の組合員さん(60代)

秋といえば炊きこみごはん!おいしい食材もたくさんありますが、私はやっぱりきのこが一番かな!!味付けを薄味、濃い味にして味を楽しんでいます。

先日、娘夫婦とキャンプに行ってきました。大人4人でコテージでバーベキューしたり、ゲームしたり、時間も忘れてのんびり楽しいひと時でした。年末には孫が生まれますので、4人で最後のキャンプになることだろうと、みんなおおはしゃぎ…。まるで修学旅行みたい楽しい時間で、思い出になりました。

私のちよつとした一工夫というかエコは：チラシで箱を作って、ゴミ箱として使うことです!!机に置いていけば、子どもたちもお菓

私のちよつとした一工夫

高鍋町 A・Iさん (30代)



まるで修学旅行

都城市 H・Hさん (60代)

叔父が今年も家の横にある畑で傘を逆さにし、その上にむかごを落として集めて「ホイッ!」と私に。大小に選別して小さいものはかき揚げに、大きいものはバター炒めにして塩コショウで食べたりにしています。(余った分は冷凍に)。「いつもありがとうございます」



携帯メールで、写真付きのおたよりを送ることもできます。

にじのわメールアドレス niji@miyazaki.coop



「いつもありがとうございます」

日向市の組合員さん (70代)

子の袋や、こぼした時に拭いたティッシュ、消しゴムの屑などポイポイ捨てて、溜まったらそのゴミ箱ごと捨てています。箱作りも楽しいです!

全学年揃っての運動会

宮崎市の組合員さん (40代)

秋と言えば、やはり「スポーツの秋」ですね。今年

はコロナ以降初の全学年でおこなわれる小学校の運動会。短縮もなく、すべての競技がおこなわれる予定、とても楽しみです!!

今年もたくさん

食べるつもりです

都城市 H・Sさん (60代)

店頭で柿を見かけるようになりしました。私にとって秋の味覚といえば、柿。今は各家庭で柿の木を見かけることが少なくなりました。もろうこともなくなりましたが、今年もたくさん食べるつもりです。楽しみです。



おいしいものが

たくさん!

延岡市の組合員さん (60代)

秋はいいですよー!!暑くもなく寒くもなく、食べ物もおいしいものがたくさんあって!!栗もナスもサンマも果物も、秋に出る品物は本当に季節を感じさせるものが多いです。秋に「無理ですすね!」と言われても到底無理ですよ!

はじめて静岡へ

都城市 M・Kさん (50代)

今年の夏ははじめて静岡県へ。富士山のイメージがありました。九州のうなぎもおいしいですが、浜名湖のうなぎはやわらかく、臭みがなく、とてもおいしかったです。

消費税の申告をされる事業所の方へ

2023年10月1日より『インボイス制度』が始まりました。インボイス(適格請求書など)は、消費税の申告(納税)をされる際に必要です。

Q. 会社で使用する備品を購入したけど、インボイスは発行してもらえないの?



A. ○店舗のレシートはインボイスとして使用できます。



○共同購入納品請求書は、インボイスとして使用できません。



共同購入でご利用された商品のインボイスが必要な場合は、地域責任者までお知らせください。後日、お届けさせていただきます。

お問い合わせは、コープみやざき 経理部 0985-28-0047まで (月曜~金曜 9:00~17:50)

「台風第2号等大雨災害義援金」結果のご報告

共同購入・店舗で募りましたみなさまからの善意の義援金が、下記の通り集まりました。たくさんのご支援ありがとうございました。

みなさまから寄せられた義援金総額 **252,814円**

全額日本赤十字社に送金しました。

被災地が複数県にまたがるため、お預かりした義援金は日本赤十字社が配分先として定めている都道府県の義援金配分委員会へ、被災状況に応じて配分されます。

※配分先：静岡県・茨城県・和歌山県・埼玉県

インフォメーション

宮崎友の会創立90周年記念講習会 心地よい居場所とお金のつくり方
~講師 山崎美津江氏 キッチンからはじめる整理・収納・掃除・活用~

再出発整理を始めて心地よい居場所作りをすることで、あなたの生活がきっと変わります!

- ◆日時：10月28日(土曜) 10:00~11:30(受付9:30~)
- ◆場所：宮崎市民文化ホール 1階 イベントホール
- ◆参加費：1,000円
- ◆お申込み：友の会のホームページまたは右のQRコードからお申込みください。
- ◆お問合せ先：(主催)宮崎友の会 黒木 電話 080-1923-0416



道路交通法の第38条で、横断歩道などを横断しようとする歩行者などがいる時は、その通行を妨げないようしなければならぬと定められています。

先日新聞の投稿欄に「横断歩道で立っていると、止まってくれる車が増えてありがたいのだが、困っている」と書いてありました。

その方は昨年横断歩道の信号が赤に変わり始めたのを見て、慌てて走り出そうとして膝を痛め、未だに怖くて走れないそうです。止まってくれた運転手さんから合図されたので、先に行つてほしいので合図し返しますが、「あなたが先に渡ってください」と言わなければならぬ一層力を込めて合図され、仕方なく膝を痛めないか心配しながら渡るようなのです。歩行者優先ではない、歩行者の意思優先にしてもらいたいということでした。

この方の思いはとも分かります。でも歩行者に渡ってもらわないと、道路交通法違反となり2点の減点、普通車で9000円の反則金、免許証は青となりゴールドに戻るまでに2回の免許更新が必要で、保険料も高くなります。運転者も必死です。

つい最近横断歩道で年配の女性の方から「先に行つて」と合図されました。私は心の中で「ゆつくりで大丈夫ですよ」と言いながら渡ってくださいと合図しました。

「慌てなくても大丈夫ですよ。この気持ちを歩行者に伝える術はないものかと、前記の投稿を思い出した出来事でした。」



生協いきいき健康ウォーク in 綾

参加費
無料

主催：コープみやざき・宮崎医療生協

- 日時：11月18日(土曜)
10:00~12:00(予定) 受付:9:30~
※ゴール後自由解散。
※雨天の場合は中止です。
- 集合場所：綾町 綾馬事公苑 花時計前広場
- 募集人員：100名程度
- 参加対象：組合員さんとご家族・親戚・友人など、
どなたでも参加できます。
- 申込方法：参加申し込み書を、共同購入地域責任者ま
たは店舗サービスカウンターへご提出くだ
さい。または、コープみやざき総務部へご
連絡ください。
総務部 電話 0985-32-1234
(月曜~金曜 9:00~17:50)
※参加申し込み受付後、11月5日(日曜)
までに代表の方へ詳しいご案内を郵送し
たします。
- 申込締切：10月28日(土曜) 総務部まで
定員になり次第締め切らせていただきます。

ウォーキングコース

- 約2km 馬事公苑周辺



花時計広場から
スタート!

- 約5km 馬事公苑・街中水路・綾神社周辺



綾神社には
樹齢300年の
大クスノキがあります。

- 約7km 馬事公苑・綾北川堤防・自然休養村
運動公園・街中水路・綾神社周辺



綾北川の
吊り橋を渡ります。

『生協いきいき健康ウォーク』参加申し込み書

提出締め切り 10月28日(土曜)

定員になり次第締め切らせていただきます。

申し込み者代表	お名前			
	組合員番号			
電話番号	自宅 ()	-		
	携帯 ()	-		
参加者氏名		間柄	歩くコース	
			km	
合計 ()人		→総務部 行		

キリトリせん

キリトリせん

大切な人に贈りませんか?

世界でたった一冊の絵本



クリスマスのプレゼントに!

絵本『とっておきのプレゼント』



孫3人姉妹にクリスマスの絵本をプレゼントしたところ、「私たちの名前いっぱいのおてつだいできるよ。せかいじゅうのこどもがしあわせになれるためのおてつだいがね。なに、かんたんかんたん!〇〇ちゃんまわりの〇〇くんや〇〇ちゃんにやさしくしてくれればいいんだ。」

(絵本を利用された日向市の組合員さんより)

だれもが主人公となって物語が展開するオーダーメイドの絵本です。大切な人へのプレゼントにご利用ください。

各絵本：組合員価格 **3,971円** (税込)
(35ページ 縦266mm×横217mm)
まずは詳しい資料をご請求ください。

資料請求番号 **367781**

絵本のページをめくると...

〇〇ちゃんにもサンタクロースのおてつだいできるよ。せかいじゅうのこどもがしあわせになれるためのおてつだいがね。なに、かんたんかんたん!〇〇ちゃんまわりの〇〇くんや〇〇ちゃんにやさしくしてくれればいいんだ。

(一部抜粋/申込書に記入したお孫さんや兄弟の名前が〇〇に入ります)



お誕生日・ご出産・ご結婚など、記念日のプレゼントにも!

写真は『おたんじょうびのほん』『ようこそ!あかちゃん』絵本の表紙です。

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

くらしと生協

ネット注文は履歴も見られて便利!

以前「くらしと生協」で注文した商品が、カタログではどの商品だったか分からなくなりますが、ネット注文だと履歴を見ればわかります。気に入った商品を再注文できるので、とても助かっています。

(宮崎市の組合員さん)

インターネットでのご注文や「ご注文専用フリーダイヤル」は在庫確認もできて便利です。

- インターネットでのご注文はこちらから
<https://order.miyazaki.coop/dispsel.html>
- 「くらしと生協」ご注文専用フリーダイヤル
0120-09-8282 (月曜~土曜 8:30~21:00)
※年末年始は休業。



QRコード



- ◆「くらしと生協」商品はすべて、**宅配便でのお届け**となります。
- ◆電話注文では期日時間帯指定お届け(無料)、組み立て設置サービス(有料)も承っています(一部お受けできない商品もございます)。
- ◆「くらしと生協」冊子もお届けします。冊子カタログは、過去に「くらしと生協」をご利用いただいた組合員さんにお届けしています。ご希望の方にはお渡ししますので、地域責任者、または店舗のサービスカウンターまでお声がけください。

CO・OP共済ニュース



~10月はピンクリボン運動月間です~
乳がんは唯一、自分で見つけられる「がん」と言われています!

10年前に乳がんになりました。生協のお店に置かれた乳がんの触診サンプルを触って、自分でチェックしてみても早期発見できました。

あれから10年。検診に行ったらお医者さんからがん卒業ですと言われ、うれしくなりました。

(宮崎市の組合員様)



石鹸をつけると滑りやすい

腕をあげて「の」の字を描くように

お風呂の時、自分でチェックしてみよう!

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」「忙しくて時間がない」などと思わず、自治体や職場の『がん検診』をきちんと受けましょう。

詳しくは各店舗サービスカウンター、または
くらしの保障部 電話 **0985-29-3700**へ
お問い合わせください。