

“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 271,801世帯
県内全世帯に対する加入率 57.4%
一人平均出資金額 19,097円 (11月12日現在)

12月 337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

余ったドレッシングで 一工夫



ゴボウサラダ 高鍋町の組合員さん (40代)

ドレッシングはサラダ用と思っていましたが、きんぴらゴボウにかけると、ゴボウサラダができます。ドレッシングはゴマドレッシングです。



ゴマドレッシング+ぽん酢 宮崎市 M・Kさん (40代)

ドレッシングは夏は冷ややっこにかけたりします。冬はゴマドレッシング+ぽん酢で鍋を食べたりします(^.^)。マイルドになって、子どもでも食べやすくなります。



色々な食材の下味に

宮崎市 K・Sさん(50代)

色々な食材の下味にも便利で、鶏むね肉や豚小間、鮭などもいいです。買ってきたらジッパー付きの袋に半端なドレッシングとともに入れ、空気を抜いて平たくして冷凍庫へ。中華味、タマネギ味など記入しておけば仕上げ調理の目安になるし、解凍する時に味がしみるので柔らかくおいしくなります。時短調理にもなりますね。

私と姉の孫ちゃんの誕生日が近いということもあって、私の誕生日当日に、姉・姉の孫ちゃん・私でちょっと都城へおでかけ。すると小学3年生の誕生日の近い孫ちゃんが姉に「ぼあば、今日は〇〇ねー(私のこと)の誕生日だから、ぼくより〇〇ねーのお祝いしないと」と言ってくれたの

わが家では朝食の準備は全て主人がします。中でも玉子焼きの上手なことは、私も頭が下がります。一度だけ教えてあげたのですよ。おみそ汁もすっごくおいしくて、ありがとう。

娘と2人で、洗車をしました!!いつもは主人が洗ってくれているけど、あまりにも汚れていたの、娘と2人で手洗い洗車してみました♡100点!!ではないかもしれないけど、まあキレイになったので達成感がありました。

うれしくて泣けてきます
高原町の組合員さん (50代)

おいしい朝食
ありがとう
国富町の組合員さん (70代)

娘と2人で手洗い洗車
日南市の組合員さん



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



です。うれしくて泣けてきます。
返り花、帰り咲き、忘れ花：
宮崎市の組合員さん (70代)

「明日も来るからね」
日向市 K・Sさん (60代)

先日公園で桜が咲いていて、びっくりしました。そんな花を返り花、帰り咲き、忘れ花、忘れ咲き、狂花、狂い咲きというそうで、色々な言葉があることに興味深く思いました。

急に孫息子が遊びに来ました。花札やカルタをした後に、ボール遊び、最後に相撲までして帰りました。久しぶりに会えてうれしかったです。帰り際「明日も来るからね」と言っていました。

第49回九州公演 日本フィル in Kyusyu 2024 宮崎公演

◆日時/2024年2月17日(土曜)
開場13:15 開演14:00

◆会場/宮崎市民文化ホール
(宮崎市花山手東3丁目25-3)



- ♪モーツァルト：歌劇《イドメネオ》序曲 K.366
- ♪モーツァルト：ピアノ協奏曲第20番 二短調 K.466
- ♪ドヴォルジャーク：交響曲第8番 ト長調 作品88

	価格(税込)	チケット
S 指定席	6,500円	※S・A・B指定席のチケット購入は、日本フィル事務局での取り扱いとなっております。
A 指定席	6,000円	
B 指定席	5,000円	
F 自由席	4,000円	コープみやざきのお店8店で取り扱っております。
学生(小・中・高・大)	2,000円	

※宮崎市内のコープみやざきのお店(柳丸店・佐土原店・大塚店・赤江店・かおる坂店・花ヶ島店・本郷店・宮脇店)、その他はメデイキット県民文化センター、宮崎市民文化ホール、宮崎山形屋、西村楽器店、宮交シティ、実行委員会事務局(下記)にて取り扱っております。

◆お問い合わせ/
日本フィル九州公演宮崎実行委員会事務局 浦谷
電話・FAX 0985-69-6353 携帯 090-6703-9818

ご注意ください!

年末年始 口座振替のご案内

- 12月最後の口座振替は12月28日(木曜)です。
- 1月最初の口座振替は1月11日(木曜)です。
- 口座へのご入金には口座振替日の前日までにお願いします。

企画回	商品お届け日	口座振替日	現金回収
12月4回	12月25日(月曜)~31日(日曜)	1月11日(木曜)	1月8日(月曜)~1月12日(金曜)

※店舗での買い物(12月17日(日曜)~23日(土曜))、ガソリンの給油(12月16日(土曜)~22日(金曜))も12月28日(木曜)に口座振替させていただきます。

「ガザ人道危機緊急募金」にご協力ください

イスラエルとパレスチナで激しい武力の応酬が続いており、子どもを含む罪のない多くの一般市民に被害が及んでいます。コープみやざきでは、ガザ地区の子どもたちと家族の命を守るための支援を目的として、「ガザ人道危機緊急募金」に取り組みます。

◆共同購入

カタログ12月2回(337号)~12月4回(339号)まで
(注文期間:2023年12月4日(月曜)~12月22日(金曜))
注文番号 **625** 番で1口100円から募金を受け付けます。

◆店舗

2023年12月6日(水曜)まで、募金箱を設置しています。

お寄せいただいた募金は、日本ユニセフ協会を通じて、ガザ地区の子どもたちと家族の命を守るため、安全な飲料水の確保、医療物資や燃料の提供、栄養不良の子どもたちへのケア、心理社会的支援などユニセフがおこなう緊急・復興支援活動に役立てられます。

翌日は、旅行中の妹から私を持ち帰るようにと…お米や野菜などを準備してあると言われ、妹の家に行きました。原木しいたけを育てている妹の山に甥っ子と入り、かごいっぱいのしいたけをもらってきました。広い山を見て、ここを守っている妹夫婦に感心しきりでした。夜は、姉が鹿のローストビーフやおはぎを作ってきてくれ、私の料理を並べて賑やかな夕食になりました。

また、帰る日には新米やたくさんの野菜ももらって、車いっぱいになりました。

実家のひんやりと冷たい空気と元気な母にパワーをもらいながら、弟夫婦に感謝を忘れないよう、姉妹仲良く母を見守っていこうと思います。

④(60代)



CO・OP共済ニュース



CO・OP 学生総合共済のご案内!

～ 学校卒業まで保障します ～

CO・OP共済には、お子さまが大学・専門学校に進学した時に、学生特有の保障ニーズに応えるための、『学生総合共済』があります。大学や専門学校へ進学されてから保障開始となります(在学されている方は、申込受付日の翌日から保障開始です)。



大学生協がない大学・専門学校に進学されても、『学生総合共済』にご加入いただけます。進路が決まりましたら、お気軽にご相談ください。

卒業後は、生活拠点の地域生協で継続コース(新社会人コース)にて、30歳までほぼ同様の内容で保障することができます。

*詳しくはパンフレットをご覧ください。

【お問い合わせ先】
コープみやざき 暮らしの保障部
電話 0985-29-3700
(月曜～土曜 9:00～17:50)

契約引受団体:日本コープ共済生活協同組合連合会

〈CO・OP共済に加入するには〉
出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員になることが必要です。生活協同組合(生協)は、お店や宅配などで暮らしに貢献しています。



お知らせ

出資金の返金申請について

減資・自由脱退の申請は

12月31日受付分までが、2024年3月末 返金となります

出資金とは

- ◆生協の事業経営の“もとで”です。組合員1人当たりの1ヵ月の利用高程度である2万円以上を目標に、増資をお願いしています(上限50万円)。
- ◆剰余が出た場合は、出資配当があります。

減資する(出資金を一部減額する)には

- ◆2万円を超える部分について、減資することができます。
- ◆出資減資申込書は、地域責任者または店舗のサービスカウンターで常備していますので、そちらで受け取り、記入後ご提出ください。
- ◆返金は「登録口座への振り込み」「指定口座への振り込み」「くらしの積立へ振り替え」から選択することができます。

脱退とは

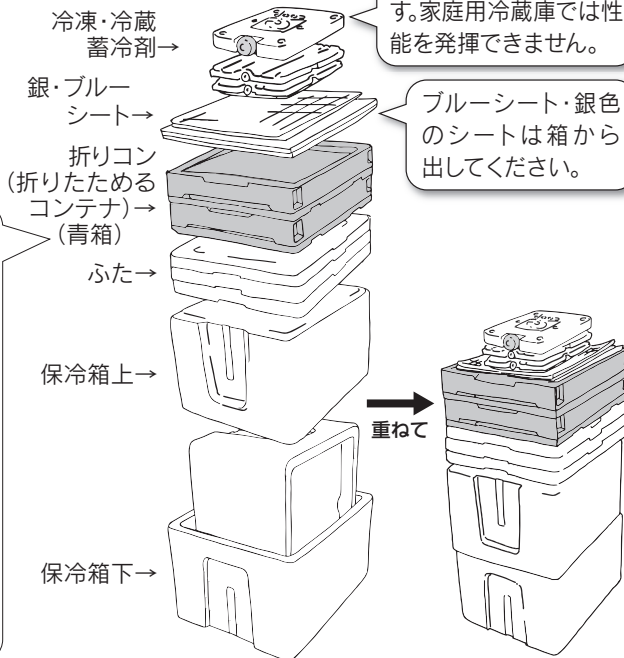
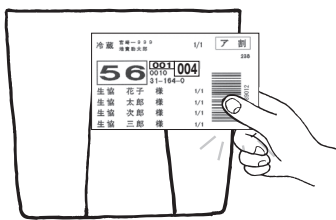
- ◆脱退には、自由脱退と法定脱退があります。自由脱退とは、組合員さんの都合による脱退のことです。法定脱退とは、県外転居や本人死亡による脱退のことです。
- ◆自由脱退の場合、年内受付分が2024年3月末に返金となります。来年(2024年)1月～12月に申請された場合の返金は、2025年3月末となります。
- ◆法定脱退の場合、年度末を待たず、商品代金支払い完了後の翌週木曜日の返金となります。

〈お問い合わせ先〉 経理部 電話 0985-28-0047 (月曜～金曜 9:00～17:50)

通い箱(保冷箱・青箱)を大切に扱っていただきありがとうございます!

箱の返却・シールはがしにご協力ください

シールは、商品センターで1枚1枚はがしています。組合員さんにはがしていただくことで経費の節約につながります。みなさんのご協力をお願いします。



冷凍蓄冷剤は-40℃で凍る特殊な蓄冷剤です。家庭用冷蔵庫では性能を発揮できません。

ブルーシート・銀色のシートは箱から出してください。

空き箱の保管

(左図は片付け方の参考です。清潔な状態を保てるように保管してください)

- シールをはがした箱は、図のようにまとめるとかさばりません。(青色と黄色の蓄冷剤も外に出していただくと助かります)
- 保冷箱が2個以内の場合は、それぞれフタをして積み重ねます。
- 保冷シート(ブルー・銀色)、フタ、蓄冷剤、青箱は、まとめて箱の上におきます。

保管場所によっては、この通りにしない方がよい場合もあります。状況に合わせてご判断ください。

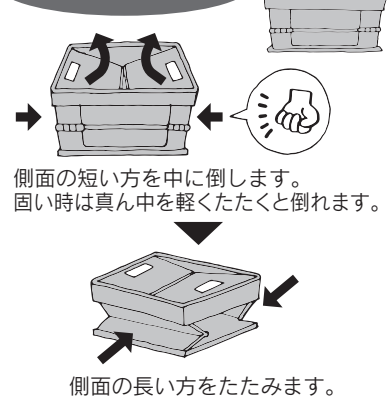
通い箱はくりかえし使用します

地域責任者・商品センターで二重にチェックします。ひどい汚れのものは洗浄し、再使用できないものはリサイクルの原料にしています。

不足が発生しないように常時買い足しています

<2022年度 新規購入額>
・保冷箱(発泡スチロール)… 約1,186万円
・青箱…………… 約 96万円

青箱のたたみ方



側面の短い方を中に倒します。固い時は真ん中を軽くたたくと倒れます。

側面の長い方をたたみます。

ふだんのくらしの中で、家の掃除や草取りなど「お困りごと」ありませんか?

お困りの際は『よろずサービス』にお電話ください



「よろずサービス」はお困りごとの際に組合員さん同士でたすけあうサービスです。

今日はよろしくお願ひします。がんばります!

ありがとうございます。

とてもきれいになりました

年齢を重ねて、自分で床掃除や台所の掃除ができなくなり困っていました。よろずサービスをお願いして、とてもきれいになり、気持ちよく過ごすことができている。都城市の組合員さん



このほかに、こんな相談・依頼がありました!

- ・草取り
 - ・産前産後の身のまわりのお世話
 - ・お墓の掃除
 - ・花の水やり
 - ・旅行などで留守の際の愛犬の散歩(室内犬は支援できません)
 - ・家の掃除(窓ふき、水まわりなど) など
- ※介助や介護などの依頼はお受けできません。

依頼料について

最初の1時間: 1500円です(生協手数料200円含む)

1時間を超える場合、30分ごとに600円ずつ加算されます(生協手数料100円含む)

※最初の1時間は固定です。

(例) 1時間30分→2100円

2時間 →2700円

2時間30分→3300円 となります。

※支援者の自宅から依頼者の依頼場所までの距離が往復「12km」以上の場合、1kmにつき25円の交通費が発生します。

(例) 依頼者の依頼場所まで往復15kmの距離がある場合
15km-12km=3km 25円×3km=75円の交通費が加算されます。

支援いただける組合員さんも 随時募集しています

- ご自身の空いた時間に何かお役に立ちたい
- これまで培った経験を生かしたい
- …という方

多くの組合員さんが支援者として活躍されています。支援していただいた際は、支援料をお支払いします。年齢は問いません。下記の電話番号へまずはお電話ください。

依頼の内容によってお受けできない場合がございます。依頼希望の際はまずはお電話ください。

お問い合わせ先:よろず専用電話 0985-32-4622 メール:yorozu@miyazaki.coop