

「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。

# ハロー！コープ

一みなさまへのお約束！  
○満足できなかった商品がありましたら、返金、交換いたします。サービスカウンターまでお気軽にお申し出ください。  
○欲しい商品がないときは、職員または、サービスカウンターにお申しつけください。ご要望にお応えいたします。(品揃え、バラ売り、小・大容量、盛り合わせなど)

2023年 12月号 No.336

## 前号から・おたより

### 開発物語

「冷凍ちゃんぽん(細麺)」にこんな開発物語があったとはいつも美味しかったただけに、開発に携わった方々のおかげなのだ分かりました。今後わが家の冷凍庫に常備し続けたいと思います。

宮崎市の組合員さん(50代)

### 野菜増し増し

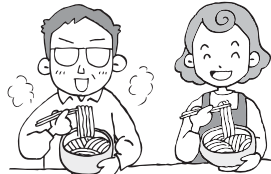
私も冷凍ちゃんぽんは大ファンです。お昼は何にしようか？と思う時、これがちょうど良いです。具材に野菜を追加して簡単にでき上がり、とても美味しくいただいています。これからの時期、益々活躍しそうです。

延岡市のE・Uさん(70代)

### 食べてみたい冷凍麺

「麺類であつたまろ」を読んで、早く食べてみたい商品ばかりでした。冷凍麺は大変助かる一品になるので、県外の娘家族に送ろうと考えています。麺が大好きなので、喜ぶと思います。

都城市のS・Nさん(70代)



### 味噌汁の具に便利です

「おくらとなめこの山芋和え」は、味噌汁の具材に使っています。薄味に仕上げているので、そのまま入れて大丈夫だし、具たくさん味噌汁が簡単にできて重宝しています。

「とろろ芋」を解凍して、濃い目に作って冷ましておいた味噌汁でのぼすだけで、とろろ汁ができちゃいます。すりおろす手間が省けて助かっています。

宮崎市のM・Oさん(50代)

### おつまみに

「冷凍アスパラ」でベーコン巻きなど作っています。塩コショウして焼いて、おつまみとして食べています。とても美味しいです。

宮崎市のM・Nさん(60代)

### 付け合わせの一品

「冷凍ほうれん草」と「コーン」をバター炒めたものが、お弁当や朝ご飯の一品にちょうど良いです。「冷凍ブロッコリー」は柔らかいので、かつお節と醤油で和え物にするとよく絡み、美味しいです。

宮崎市のM・Sさん(30代)

## 冷凍野菜はこうしています

### いつでも食べ頃

冷凍野菜はあまり使用しないのですが、気に入っているものは「アボカド」です。生鮮コーナーのアボカドは食べ頃を見分けるのが難しく、買ってよく失敗します。しかし冷凍のものは、ほとんど食べ頃のものが入っているので、安心して食べられます。

小林市のS・Iさん(70代)

### 必ず豚汁にはさといも

「冷凍さといも」は必ずストックしています。2日分の豚汁を作る時に、どさどさ〜と入れますすぐに煮えて、柔らかく食べやすく、子どもたちも「さといもが入ってこそ豚汁だよ〜ね〜」と言っています。

宮崎市の山中陽菜子さん  
右:長男 駿(しゅん)くん7歳  
左:二男 玲司(れいじ)くん3歳

### 肉うどんの具

「冷凍さがきごぼう」と牛肉を炒めて、肉うどんを作ります。とても美味しくでき、皆に喜ばれました。

高千穂町のS・Kさん(60代)

### ボン酢、またはマヨネーズ

「冷凍ミックスベジタブル」をレンジでチンして、戻したわかめと、汁を切ったツナ缶をボン酢で和えただけのものが、ちょっと足りない時に重宝しています。弁当のおかずにはボン酢ではなく、マヨネーズで和えます。

宮崎市のM・Kさん(70代)

### スープの具材に

冷凍野菜は便利です。『ほうれん草・おくら・コーン』は常備しています。一人分の粉末スープ(ワカメスープやコンスープ)の時に少し入れて、具たくさんスープにして食べます。

宮崎市のM・Aさん(30代)

### ササッとサラダ

野菜の高い時期には「冷凍ブロッコリー」が本当に助かります。マヨネーズにすりゴマ、薄切り玉ねぎ+ゆで卵でボリュームたっぷりサラダになります。

宮崎市のN・Kさん(50代)



## 店長便り

皆様こんにちは。店長の黒木です。本当に早いもので、今年最後のハロー！コープとなりました。クリスマスや年末年始の準備で、お忙しい時期とは思いますが、この店長便りがホッとひと息つく時間になれば嬉しいです。

さて、2023年も残り2週間程となりました。今年は組合員の皆様にとって、どんな一年だったでしょうか。コロナは第5類へと移行し、今まで見えなかった家族や友人と、久しぶりに再会を喜ばれた方も多かったことと思います。私は今年1月に店長として着任し、たくさんの方々に支えられながら一年目を何とか乗り切れた年でした。本当にお世話になりました。来年は少しでも返返しできるようにがんばります。

私が小学生の頃の大晦日は、母親が朝からおせちや煮しめを作り、夕方に宴会が始まり、家族で「輝く！日本レコード大賞」

## 【年末・年始の営業時間のご案内】

毎年のことですが、年末は営業時間が変更になります。ご確認をよろしくお願いします。

◆12月31日のみ、朝9時から夕方6時までの営業になります。オードブルやお刺身盛り合わせなど、職員ががんばってお作りしますが、品切れすることもあります。お早目のご来店をお待ちしております。

◆1月1日～3日の3日間は、全店お休みになります。がんばっていただいた職員に、正月三が日はゆっくりして欲しいと思っています。

◆1日～3日にお誕生日を迎えられる方は、4日のみが『お誕生日おめでとう企画(1割引)』対象となります。

◆明けて1月4日が『初市(はついち)』です。全品5%引きです。チケット、ゴミ袋、切手やはがき、タバコなど一部対象外商品もございますが、年始のご来店をお待ちしております。なお、前日の準備ができないため、一部製造が間に合わない商品等もございます。お気軽にお声がけください。

## 「1月店休日のご案内」

すでにお配りしております「店休日カード」において、一部、1月の店休日に誤りがあるものがございましたので、改めてご案内いたします。

1月は 1日・2日・3日と17日(水)が全店店休日となります。ご迷惑をおかけしますが、確認をよろしくお願いいたします。

## ＜CO-OP共済ニュース＞

### 共済・保険について お気軽にご相談ください

本年もあつあつ！CO-OP共済にご加入いただき、誠にありがとうございました。病氣やケガなどで「これって請求できるの？」と迷っていたり、「共済・他社保険証書がいっぱいで、整理したい」「掛金が負担」と感じておられたりする方は、どんな小さなことでも私たちにお気軽にご相談ください。来年も皆様のご健康とご多幸を、心よりお祈り申し上げます。良いお年をお迎えください。

## CO-OP共済に関する年末年始の営業のご案内

各連絡先	2023年12月			2024年1月	
	29日(金)	30日(土)	31日(日)	1日(月)~3日(水)	4日(木)
くらしの保障部 TEL 0985-29-3700	営業	営業	←お休み→	←お休み→	営業
CO-OP共済センター 解約など各種お問い合わせ TEL 0120-50-9431	営業	営業	←お休み→	←お休み→	営業
共済のご請求などのお問い合わせ TEL 0120-80-9431	営業	営業	←お休み→	←お休み→	営業
CO-OP火災共済センター TEL 0120-603-143	営業	営業	←お休み→	←お休み→	営業

赤ちゃん石けんプレゼント ～出産された組合員さんご本人に、赤ちゃん石けんをさしあげます。お申し込みは、サービスカウンターまで！

を観て、「紅白歌合戦」を観て、「ゆく年くる年」を観るのが恒例でした。今は子どもたちが好きなゲームをして過しています。私も好きな番組を観て過しています。私はお酒を飲みながら子どもたちに絡むので、ちょっと迷惑そうな顔をされています(笑)。一緒に部屋で年越しができるうちは、この時間を楽しみたいと思っています。組合員の皆様、今年一年、本当にお世話になりました。どうぞ良いお年をお迎えください。

## ＜浜町店にサンタがやって来る＞

12月24日(日)のクリスマスイブには、浜町店にもサンタがやって来て、子どもさんにお菓子をプレゼントしてくれる予定です。サンタさんに会えるのは11時、15時、17時の3回です。サンタさんと一緒に写真も撮りましょう！

＜節分の『恵方巻』お手伝いのよろずさんを募集します＞  
毎年、節分の日には組合員さんの幸福を願いながら、恵方巻を作ってご案内しています。今度の節分も、一緒に製造していただけるアルバイトさんを募集します。

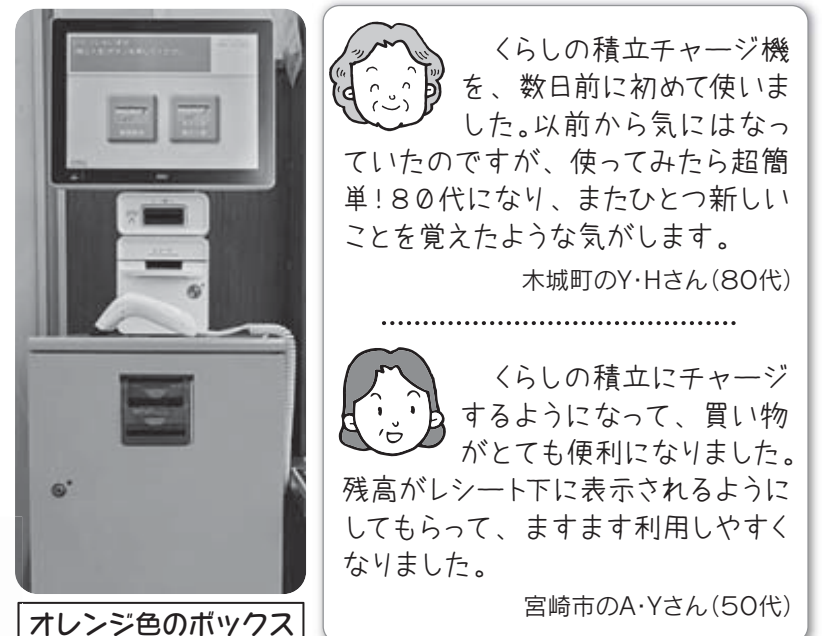
◆日時：2月3日(土)朝5時～12時(予定)  
◆募集人数：15名程度

初めての方も丁寧にお教えいたします。お問い合わせ、お申し込みは店長、カウンターまでお気軽にお声かけください。

## 知ってお得！使って便利！

### 「くらしの積立」はとっても便利

レジでの支払いには、現金以外に「くらしの積立」の支払いもあります。ご本人のコープカードを使って、前もって「くらしの積立」にチャージ(入金)しておくことで、レジで現金を用意することなく、くらしの積立からお支払いができます。「くらしの積立チャージ機」をぜひご利用ください。



◆『くらしの積立チャージ機』の使い方が分からない時は、サービスカウンターの職員までお声がけください。  
◆くらしの積立の残高をレシートに表示することもできます。詳しくは、サービスカウンター職員にお気軽にお問い合わせください。

## くらしの中で“困った～!” の際は「よろずサービス」へ まずはご相談ください。

困った時は、とりあえず相談してみる「よろずサービス」があって感謝です。

これまで、下のような相談がありました。

- 家の掃除(窓ふき、水まわり等)
- 入院や旅行で家を留守の際の飼いの散歩、餌やり、庭木や花壇の水やり
- 出産前後の身の回りの世話(炊事、買い物、洗濯等)
- お庭の草取り、花壇の手入れ
- 定期的掃除(週1回・隔週1回等)

料 金	
〈依頼者〉 最初の1時間 1,500円 (以後、30分ごとに600円 加算されていきます。) 内容によっては別途、事前見積 もりいたします。 代金は、後日口座から引き落と しになります。	〈支援者〉 最初の1時間 1,300円 (以後、30分ごとに500円 加算されていきます。) 謝礼は「くらしの積立」に 加算します。 事務手数料として、生協が 200円いただきます。

店舗での支援(惣菜やレジなど)もあります。  
支援いただける組合員さんも随時、募集しています!  
詳しくは下記へ

電話：0985-32-4622  
FAX：0985-32-3355  
メールアドレス：yorozu@miyazaki.coop

## お車の購入・買い取り、生協を通じご成約になると、特典があります

**新車購入特典** 新車の購入を検討中の方  
提携のディーラーに特典カードを渡すだけ!  
1. カーライフ支援センターにお電話ください。「新車特典カード」をお届けいたします。  
2. お車の契約前に「新車特典カード」を営業の方にお渡しください。  
3. 納車後に、お車によって3千円～1万円分の特典をお贈りします。

**中古車をお探しの際やお車売却の際にも** ご相談ください。  
宮崎県大瀬町リバーサイドカーセンターでも中古車の購入・買い取りを始めました。

**カーライフ支援センター 0985-29-5800**  
営業日 月～土(祝日も営業) 9:00～17:50

## unicef 困難な状況にある子どもたちにもお年玉を!

### ユニセフ「お年玉募金」にご協力ください

期間：2024年1月4日(木曜)～31日(水曜)

「バケツ一杯の水」を贈る運動として、ユニセフ募金に取り組んだのが1979年でした。それから毎年、全国の生協がユニセフ「お年玉募金」に取り組み、多くの組合員さんからたくさんのお年玉をいただいています。今年も世界の子どものために、皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

世界的子どもたちを支援する活動にご協力をお願いします。  
(COUNICEF/HQ06-1823/Josh Este)

**現金の募金** 店舗サービスカウンターの募金箱へお願いします。  
**外貨の募金** 外国の紙幣やコインも受け付けています。空き封筒などに入れ、店舗サービスカウンター職員にお渡しください。

## 減資・自由脱退の申請は 年内受け付け分が、 来年3月末 返金となります

**減資するには**  
◆出資減資申込書は、店舗のサービスカウンターで常備しています。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。  
※来年(2024年)1月～12月に申請された場合の返金は、2025年3月になります。  
※自由脱退とは組合員さんのご都合による脱退のことです。  
※県外転居や本人死亡による脱退(法定脱退)は、年度末を待たず、商品代金支払い完了後の翌週木曜日返金となります。

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か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ます(上限50万円)。  
●減資される場合は、2万円を残していただきますよう、お願いしております。  
●剰余が出た場合は、出資配当があります。

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

## クイズ

◆コープのお店でのお買い物の支払いは、「」の積立がとっても便利です。チャージしておけば、現金の支払いやリフレのやり取りもありません。に入るのはいくらですか?  
①わたし ②いつも ③くらし

◆「身近なくらしの話題」「2023年を振り返って、感謝したい人(こと)ががんばった自分へのご褒美」「ペーパリーや生協のお気に入り商品」「サービス・対応についてよかったこと・ご意見・ご要望」等、右の(何でもメッセージ)欄にどうぞ。

★メッセージは必ず黒のボールペンで記入ください。

■応募方法は、右の応募用紙に、答、氏名、組合員No.、電話番号、共同購入をされている方は受取場名、を記入の上、お店のサービスカウンター、もしくは共同購入担当者へお出しください。はがきの郵送でも可。  
●インターネットで応募の際は、https://www.miyazaki.coop 右のQRコードからおすすめ。コープみやざきへのご意見・ご質問・クイズ → クイズ・クロスワード → へすすんでください。  
①組合員番号 ②お名前 ③メールアドレス  
④クイズの答え ⑤メッセージを入力してください。  
■郵送のあて先〒880-8530  
コープみやざきハロー！コープ編集委員会係  
■正解者の中から抽選で300名様に商品券(500円)をさしあげます。当選者の発表は、商品券の発送をもってかえさせていただきます。  
■10月(No.334)ハロー！コープクイズの答 ① 冷凍ちゃんぽん 応募総数1122通 正解者数1096通

# 浜町店 からの お知らせ

営業時間 10:00～20:00  
TEL0982-26-0100

## 浜町店お楽しみ市

12/16(土)・17(日)・18(月)

### 1月のカレンダー

日	祝日	お楽しみ市	保障相談日
12/16(土)	無休	お楽しみ市	保障相談日
17(日)	無休	お楽しみ市	保障相談日
18(月)	無休	お楽しみ市	保障相談日
19(火)	無休	お楽しみ市	保障相談日
20(水)	ふりの日	お楽しみ市	保障相談日
21(木)	無休	お楽しみ市	保障相談日
22(金)	冬至・かぼちゃの日	お楽しみ市	保障相談日
23(土)	無休	お楽しみ市	保障相談日
24(日)	クリスマスイブ	お楽しみ市	保障相談日
25(月)	クリスマス	お楽しみ市	保障相談日
26(火)	無休	お楽しみ市	保障相談日
27(水)	無休	お楽しみ市	保障相談日
28(木)	無休	お楽しみ市	保障相談日
29(金)	無休	お楽しみ市	保障相談日
30(土)	無休	お楽しみ市	保障相談日
31(日)	大晦日	お楽しみ市	保障相談日

1/1(月) 元日 全店店休日  
2(火) 全店店休日  
3(水) 全店店休日  
4(木) 初市  
5(金)  
6(土)  
7(日) 七草  
8(月) 成人の日  
9(火)  
10(水) 明太子の日  
11(木) 鏡開き  
12(金)  
13(土)  
14(日)  
15(月) いちごの日  
16(火)  
17(水) 全店店休日(職員総会)  
18(木) 保障相談日  
19(金)  
20(土) 大寒 甘酒の日  
21(日)  
22(月) カレーの日  
23(火)  
24(水)  
25(木)  
26(金) 冬の土用丑の日  
27(土)  
28(日) お楽しみ市  
29(月)  
30(火)  
31(水)

キトリセン (1月15日メ初り) →店舗支援部行

ハロー！コープ No.336 クイズの答 2023.12月号

〈何でもメッセージ〉 回答(●いる ●いない)

(氏名) (組合員No.)  
(TEL) (受取場名)

※メッセージを紙面等で紹介する場合、写真や名前掲載にご協力いただけますか。○をお願いします。  
(写真と名前可・名前可・名前不可)