

ロッテ
ガーナミルク
50g 128円
(税込139円)

抽選券

1月27日(土)~29日(月)
にサービスカウンター
までお持ちください。

福はうち~ 今年の恵方は
鬼はそと~ 東北東

恵方に向かって丸かぶり!

ご予約は1月28日(日)まで
各店のサービスカウンターで承ります

☆当日の受け渡しは、11時スタートです!

昨年度人気ランキング

1

えびサーモンアボカド巻ハーフ
1本 400円
(税込432円)

今年ではタスの量を増やしました! ヘルシーおいしー、おすすめです!

2

パリパリ納豆巻ハーフ
1本 200円
(税込216円)

パリパリ海苔と納豆の相性が抜群です! 今年はねぎをなくし、お子様にも食べやすくなりました!

3

縁起八種の田舎太巻ハーフ
1本 450円
(税込486円)

椎茸、かんぴょう、ごぼう、人参、高野豆腐、玉子焼き、きゅうり、おぼろと、昔ながらの具たくさん巻寿司です!

近くの店と比べてみました

毎年節分には担当部署の職員で、近くの店の商品と比べて、「価格や味、品質、品揃え」を調査しています。出された意見は、翌年の品揃えに生かしています。

・レタス巻きでは、クーポンの商品がバランスが良くて高評価だった。
・「パリパリ中巻海鮮巻が美味しい」との評価が多かった。やはり、「フィルム海苔の食感、香り、味が良い」との意見が多い!

今年のおすすめ

パリパリ中巻サーモン巻
1本 350円 (税込378円)
サーモンときゅうりの相性がバッチリ! お子さまにも人気の商品です!

パリパリ中巻海鮮巻
1本 500円 (税込540円)
たたきまぐろ、サーモン、玉子焼き、きゅうりをパリパリ海苔で巻いています。職員の間でも、「美味しい」との声が多い商品です!

丸かぶりしやすい太さで、パリパリと歯触りの良い食感が楽しめる「パリパリ中巻」シリーズがおすすめです!

仕入開発部 惣菜部門 松藤 拓 さん

キンパ巻き

材料 (2本分)

- ごはん.....400g
- 国産牛小間切.....100g
- 焼き肉のタレ.....大さじ 2
- ごま油.....小さじ 2
- ほうれん草.....2 株
- 人参(せん切り).....1/4 本
- 薄焼き卵.....2 枚
- 焼のり.....2 枚

A ごま油.....小さじ 2
塩.....少々
B しょうゆ・ごま油.....各少々
C 塩・ごま油.....各少々

- ごはんは、Aを混ぜ合わせて冷ましておく。
- フライパンにごま油を熱し、牛肉を炒め、焼き肉のタレをまわしかけて炒めておく。
- ほうれん草は茹でて、Bをまぶす。人参も茹でてCをまぶしておく。
- 巻きすに焼のりをおき、巻き終わり2cm位を空けて、ごはんの半量を均一に広げ、薄焼き卵をのせる。手前から②、③を並べる。
- 手前から巻きすごと巻き、巻き終わりを下にして形を整える。2本目も同じようにして巻く。

こんな風習も!

邪気を払う『いわし』

いわしを焼く煙が邪気を払い、また、食べ終わった頭をヒラギに刺して玄関に飾ると、邪気を寄せ付けないいわしがあります!

節分

節分にもいろいろあるんですね

高鍋店 水産部門 池田 幸平 さん

水産コーナー

凍 千葉産 **いわし丸干し**
1尾 118円 (税込128円)
千葉産の脂のりのよい真いわしを丸干しにしています。節分の厄除けにとぞ。

凍 大新 境港産 **いわしフライ**
180g(5~8枚) 328円 (税込355円)
境港(鳥取県)産のいわしをフライ用にしています。いわしを焼く時の、煙や匂いが苦手な方にオススメです。

惣菜コーナー

いわしハンバーグ
1個 120円 (税込130円)
これ大好きなんです、来た時必ず買います。日南店ご利用の組合員さん

いわしのやわらか生姜煮
100g 280円 (税込303円)
私は、いわしの生姜煮が大好きです、丸ごと食べて美味しい。北小路店ご利用の組合員さん

恵方巻といっしょにどうぞ

揚げなすと生姜のスーフ
5食入 398円 (税込430円)

わか家のお気に入りです! 貝がたっぷり入っているし、体が温まるのもいいですね。宮崎市の組合員さん

アスギックフーズ はまぐりのお吸い物
5g×4袋 448円 (税込484円)

熊本県産のあさりです。恵方巻や手巻き寿司と一緒に汁物にお使いください。

節分そば

旧暦の二十四節季では節分が年越しにあたり、節分に年越しそばを食べていたようです。近年にその風習が節分そばとなって、節分にそばを食べるようになりました。

益田製菓 **かごんま流そば**
150g 128円 (税込139円)
国内産そば粉約6割弱使用。風味となめらかさが特徴の人気の高いそばです。

こんにゃくで炒め揚げ

「胃のほうき」と呼ばれ、食物繊維が豊富なこんにゃくは、大晦日や節分の日にかけれを落とす縁起物、として食べられてきました。

薬太郎 **薬太郎**
250g 140円 (税込152円)

あなたのご意見ご要望に全力で応えます

お店を利用されて困っていることは何でも言ってくださいね。

クーポンのどこの店舗でも返品を承ります

組合員さん「先日、花ヶ島店で買ったセーターなんですけど、こちら(佐土原店)で返品はできないですよね…」

蛭原さん「大丈夫ですよ! コープの店舗で買われた商品なら、どこのクーポンの店舗でも、返品できますよ!」

組合員さん「本当ですか? 助かります~。買ったお店でないで返品できないと思っていました!」

※衣料部門は、佐土原店・小林店・花ヶ島店にあります。

佐土原店(宮崎市) 衣料部門 蛭原 久美 さん

好みの厚さにスライスできます

組合員さん「山型食パンを厚めにスライスできますか?」

井上さん「はい、できますよ!」

お好みの厚さでスライスしてお渡したところ、とても喜んでいただきました。

組合員さん「以前食べたことのあるコーヒー店のトーストのように、分厚いトーストが食べたくて!」

井上さん「美味しく焼けるといいですね。またいつか感想を聞かせてくださいね!」

※都北店(都城)、かおる坂店(宮崎)、本郷店(宮崎)には、ベーカリー部門はありません。

はなぐり 花線店(都城) ベーカリー部門 井上 真由美 さん

くらしの積立から端数の支払いができます

レジにて、

組合員さん「小銭がちょうどあるわ。良かった~。あつ、100円玉と思っていたけど50円だった…50円足りないわ!」

團田さん「50円だけくらしの積立からいただきますよか?」

組合員さん「そんなことができるの? 助かるわ~!」

小林店 レジ・カウンター部門 松た ちえこ 團田 千枝子 さん

離乳食用に調理いたします

組合員さん「このアジを3枚卸しにしてもらいたいのですが…」

濱田さん「分かりました。どのように食べられますか?」

組合員さん「子どもの離乳食です!」

濱田さん「でしたら、皮と骨も取りますね!」

組合員さん「そこまでしていただいて良いんですか? 助かります! お願いします!」

濱田さん「離乳食で使いたい魚があったら、皮や骨をお取りしますので、いつでも声をかけてください!」

やなまき 柳丸店(宮崎) 水産部門マネージャー 濱田 翔梧 さん

新商品 半分の量目の商品ができました

コープのいりこがおいしいのですが、最近は価格も上がったので、少量目になると嬉しいです。

片口いわしの不漁による値上げで、ご不便をおかけして、申し訳ございません。組合員さんから多くのご意見をいただいておりました。「半分の量(100g)の商品」を、ようやくご案内できるようになりました。

長崎、瀬戸内海産の片口いわしを、酸化防止剤を使わずに仕上げました。

仕入開発部 水産担当 福島 悠 さん

いりこ 100g 448円 (税込484円)

造花をお好みの長さにカットします

レジに造花を持って来られた組合員さん

組合員さん「お供えするのに造花が便利だから、よく利用するんだけど、下の方をハサミで切るのが大変なのよね~!」

濱元さん「普通のハサミで切るのは、かなり力がいるので大変ですよ。サービスカウンターに造花用のカットハサミがありますので、お好みの長さにカットしますよ!」

組合員さん「わ~。それはいいこと聞いたわ~。帰りに寄らせてもらいます!」

はなぐり 花線店(都城) レジ・カウンター部門 濱元 晋代美 さん

私、冷凍はこうしてます

具材別に冷凍

オクラを冷凍

家庭菜園で採れたオクラを冷凍します。凍ったまま肉で巻き、すぐ焼きます。塩コショウが一番好きな味です。ゴボウ、人参も冷凍しておき、豚汁や五目煮などに利用しています。

宮崎市のK・Mさん(60代)

玉ねぎを冷凍

味噌汁に玉ねぎを入れますが、以前は生を切って使っていました。最近は切った物を冷凍しておいて、それを使います。忙しくている時など、切る手間が省け助かっています。炒め物、煮物などあらゆる料理に使って重宝しています。

延岡市のS・Nさん(50代)

生野菜を冷凍

冷凍野菜を買わずに、自分で生の野菜を切って冷凍します。ピーマンやゴボウなど。生から調理するより火の通りが早く、時短です。味噌汁や炒め物に重宝しています。ゴボウを味噌汁に入ると、美味しいですよ。

えびの市のJ・Hさん(60代)

しめじを冷凍

しめじは、ほぐして冷凍するようにしています。テレビの番組で、「冷凍した方が栄養価も高くなる」と教えてくれました。味噌汁、野菜炒め、チャンポン等、いろんな料理に使えます。えのき茸もそうしています。保存にもいいですよ。

都城市のM・Sさん(60代)

ゴーヤを冷凍

ゴーヤをスライスして冷凍しておく、色あせずいつまでもシャキッとしたゴーヤ肉炒めができます。毎年、たくさん採れたら冷凍します。

木城町の組合員さん(70代)

生姜を冷凍

知人から生姜をたくさんいただいたので、卵パックにすりおろしたものをに入れて冷凍し、固まったら離して、チャックシール袋に入れ直して冷凍しました。もちろん、酢生姜も作りました。

小林市のN・Gさん(60代)