

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)

12月号『冷凍野菜の使い方』・おたより

とても簡単

冷凍野菜の特集が役立ちました。生野菜を使った方が栄養はある、と思って、冷凍物には手を出すことはなかったのですが、皆さんのアイデアを見て、とても簡単に良いなあ、利用しないともったいないなあ、と思うようになりました。

宮崎市のM・Sさん(70代)

良いことだらけ

以前は、冷凍野菜を使うことに罪悪感があったのですが、使い出すととても便利です。冷凍カットほうれん草はバター炒めでお弁当のおかず、冷凍枝豆は隙間を埋めて、冷凍力ボチャはスープと手軽に使用、美味しい上に傷むこともロスもなく、良いことだらけです。

宮崎市のY・Nさん(40代)

目から鱗(うろこ)でした

冷凍野菜の活用法はとても参考になりました。冷凍野菜はよく利用しますが、自分の料理法がとてもマンネリ化していたので、目から鱗でした。早速、今後の料理に活用していきたいと思います。

都市市のT・Sさん(50代)

カゴを戻しています

私はお店で買い物した時、商品をマイバッグに詰め、カゴをレジ横に戻すのではなく、入り口のカゴが置いてある所に持って行くようにしています。自分にできることで、少しでも職員さんのお手伝いになればと思っています。

宮崎市のA・Uさん(60代)

テゲバジャーロ宮崎 コープみやざきサックスマッチ

13サッカークラブ テゲバジャーロ宮崎様とゴールドスポンサー契約を結び、「コープみやざきサックスマッチ」を開催します。開催にあたり、観戦ご招待、サッカー教室やエスコートキッズの募集をいたします。

開催日：2024年4月6日(土曜) キックオフ 14:00
場所：いちご宮崎新富サッカー場

募集内容：いずれもお申し込み多数の場合、抽選となります。
●観戦ご招待ペア 50組100名
●サッカー教室 小学生限定 10:00~11:00(集合 9:30)
●エスコートキッズ 5歳以上12歳以下

お申し込み：2024年3月8日(金曜)締切。
コープみやざきホームページから、お申し込みください。

※お申し込みはコープみやざきの組合員さんに限ります。
※通常チケットは生活サービスでも取り扱っています。

お問い合わせ：0985-32-1234(月曜～金曜 9:00～17:50)

新生活準備のための航空券・宿泊先の手配など お手伝いいたします!

娘一人での受験でした。ホテルもどこが良いかわからない中、駅と直結したホテルを紹介していただけ、小さな不安が一つひとつ安心に変わり、受験に送り出されました。希望の大学に合格し、自分の夢へ大きく一歩を踏み出しています。3月、宮崎を出る新たな旅立ちも、旅行センターさんを利用して送り出したいと思っています。(宮崎市の組合員さん)

新しい旅立ちの時は、私も経験しました。あれもこれもと準備に手間取りますね。出発の日にちが決めましたら、電話やメールでお問い合わせください。新生活の心地良いスタートのために、航空券やホテル予約のお手伝いをさせていただきます。

旅行センター 平島繁

旅行センターで手配できるもの

航空券 セットプラン 宿 レンタカー

お問い合わせは **コープみやざき旅行センター**
電話 0985-28-0568
営業日 月曜～日曜(祝日も営業) 営業時間 9:30～17:30

2023年を振り返って感謝したいこと・自分へのご褒美

美味しい、楽しい時間
70歳の古希を迎え、健康で過ごせていることに感謝です。美味しい!楽しい!時間を友人たちと持てることが自分へのご褒美です。
宮崎市の組合員さん(70代)

子どもの成長
3歳の長男の育児をして、その成長に感謝です。言葉数も増えて、お手伝いもできるようになりました。2024年に妹ができて、頼りにしているよ、お兄ちゃん!
宮崎市の組合員さん(30代)

「元気〜?」の声かけ
いつも氣にかけている両親に感謝したいです。自分が親になり、大変さが身に染み込みました。お米がなくなりそうになると届けてくれ、メールやLINEの「元気ね〜?」のひと言で元氣になります。私も時々子どもに、「元気〜?」と連絡を入れるようにしています。
日向市の組合員さん(40代)

母に感謝したい!
私は一番と運番のある仕事をしています(シングルマザーです)。子どもが熱を出しても仕事に行けるのは、母のおかげです。家のこともほとんど全部、母がしてくれます。毎日感謝です。ありがとうございます!
宮崎市のM・Nさん(30代)

周りに助けられて
2023年は体の不調があり、仕事をしながら通院をする年でした。苦しかったのですが、職場、家族に支えられての今があります。当たり前の毎日に感謝、家族や職場の皆さんに感謝です。苦しい時にはCOOPの冷凍品にも助けられました。
宮崎市のE・Kさん(40代)

義母の介護に携わった方々
リモートワークしながら、在宅介護を乗り切ってくれた主人に感謝します。昼は仕事で、介護は私がお手伝いをしていましたが、夜は主人が義母の傍に居てくれました。ヘルパーさん、親戚の叔母・叔父、主人のいとこさん、他関係してくれた全ての方々に、義母を大切にしてくれたことに感謝します。本当に「ありがとう」と伝えたいです。
宮崎市の組合員さん(50代)

主人と息子に感謝
口に出すのは恥ずかしいですが、毎年、感謝しかありません。毎日笑顔になれるのも、2人の笑顔を見られるからです。今日もがんばろう!と思えます。結婚してから16年ですが、尊敬と感謝でいっぱいです。2024年も、笑顔と感謝で楽しい毎日を送りたいです。
宮崎市のM・Mさん(40代)

店長便り

皆様こんにちは。店長の今井健二(いまいけんじ)です。高鍋店から1月16日付で異動してきました。よろしくお願いします。

レジに入る時がありますが、組合員さんから、「あなたが新しい店長さん、よろしくお願いします」と言われました。声をかけていただき、嬉しかったです。スキャン操作など若干動きは遅いのですが、度々レジに入る時がありますので、見守っていただけると嬉しいです。また、店内で組合員さんとしてしっかり挨拶ができるように努力していきます。来店される組合員さんのお顔と名前も、早く覚えたいと思います。気軽にお声がけしていただけるよう、努めてまいります。よろしくお願いします。

簡単な自己紹介をさせていただきます。年齢は54歳の申年生まれです。出身は宮崎市です。自慢できることはあまりないのですが、宮崎市の江南小学校の

店長：今井 健二
「よろしくお願いします」

お世話になりました

この度、日向市の財光寺店へ異動することになりました。赤江店の惣菜部門に着任して3年が過ぎましたが、本当にあっという間でした。たくさんの組合員さん、部門職員の皆さんに支えていただき、大変感謝しております。財光寺店でもがんばりますので、組合員の皆様もお体にお気をつけください。3年間本当にありがとうございました。

惣菜部門 福永 順也 さん

よろしくお願いします

こんにちは。この度、宮脇店から異動してまいりました、長谷川雄太(はせがわゆうた)と申します。赤江店が4番目の店舗になります。惣菜の商品を通して、組合員さんが笑顔になれるお手伝いができると嬉しいです。今後商品の変更や量目の変更等、何でもご意見をお聴かせください。

惣菜部門マネージャー 長谷川 雄太 さん

CO・OP学生総合共済に加入され 2024年3月卒業生の保護者のみなさまへ

学生総合共済に関する声から…

大学の共済は本当に掛金も安くて充実しているけど、卒業したら何もなくなってしまうのが残念だな…。持病がある子や、就職しても自分で保障に加入しない子もいるのに…。

大学生協にご加入いただいた“学生総合共済”も、卒業後コープみやざきで30歳まで掛金はそのまま、ほぼ同様の保障内容で、新社会人コース(学生総合共済からの更新・更改専用コース)に移るごことができます。

※現在、学生総合共済をご契約の方で、2024年3月卒業予定の皆様へは、コープ共済連から、満期のお知らせとともに、新社会人コースの案内が届いていますので、そちらもぜひご確認ください。

【お問い合わせ先】新社会人コース専用窓口
フリーダイヤル 0120-16-9431(月～土 9:00～18:00)
ぐらしの保障部 TEL 0985-29-3700(月～土 9:00～17:50)

卒業生第1号です。

子どもは娘2人で、長女は結婚して宮崎市に住んでいます。次女は福岡で働いていますが、コロナも少しずつ収まり、帰省する回数も増えてきました。楽しく過ごしているみたいで、安心しています。また、犬3匹を飼っていて、いつも仕事帰りの私を癒してくれます。

もうすぐ、ひな祭りですね。娘たちが小さい頃は、ひな人形を妻と娘2人で飾っていました。私は箱の整理や後片づけを担当でした。娘2人が歌を歌いながら飾ったことが、懐かしく思い出されます。

ひな祭りの日には、各部門でお祝い商品を案内していきます。農産部門ではフルーツ盛り合わせ、水産部門では蛤(はまぐり)や年巻きネタセット、惣菜部門ではオードブルやお寿司、またフロア部門では雛あられなどをご案内します。楽しいひな祭りのお役に立てればと思います。

わが家の愛犬です。奥から、めいちゃん、ふわちゃん、れんくん

知っててお得!知ってて便利!

ヤマト運輸さんの宅急便送り状

「印字サービス」はとっても便利

送り状の住所などの印字を無料で承ります!

手書きがめんどう! 同じお届け先があるなど… 煩わしい送り状記入がなくなります!

無料!

印字見本

宅急便の印字サービスは、ハロー!コープで初めて知りました。とても便利です。宮崎市の組合員さん(50代)

印字した宅急便の送り状は、福岡と川崎に居る2人の娘に「にこにこ便」を送る時に使います。書く手間が要らず大変助かっています。宮崎市のM・Kさん(70代)

◆宅急便送り状は5枚から印字ができ、お渡しに約1週間かかります。印字した送り状は、サービスカウンターでの受け取りになります。
◆送り主やお届け先、複数の住所でも印字できます。
◆サービスカウンターまで、お気軽にお問い合わせください。

クイズ

◆春は海藻のおいしい季節です。今回の紙面では、沖縄県伊是名(いせな)漁港で採れた[]を案内しています。[]に入るの何でしょう?
◎ひじき ◎もずく ◎わかめ

◆「身近なぐらしの話題」、「おにぎりの具材」「わが家の防災の備え」、「ペーカ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ご記入ください。

■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コードからすすめます。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。
■12月(No.336)ハロー!コープクイズの答 ◎ぐらし 応募総数1162通 正解者数1129通

キトリセン (3月15日(初日)) → 店舗支援部門
2024.2月号 No.338 クイズの答
〈何でもメッセージ〉 回答(●いる ●いない)

赤江店のお知らせ

営業時間 10:00～20:00
TEL0985-50-0011

赤江店お楽しみ市

2/24(土)・25(日)・26(月)

3月のカレンダー

24(土) お楽しみ市
25(日) お楽しみ市
26(月) 27(火) 28(水) 29(木) 30(金) 31(土)

2(土) ひなまつり
3(日) ひなまつり
4(月) やさどり、ももやき(福永さん) 5(火) 6(水) 7(木) 保障相談日(たいやき) 8(金) サバの日(ハイルン(たいやき)) 9(土) 10(日) 11(月) 12(火) 財布の日 13(水) 広島お好み(廣江(お好み)) 14(木) ホワイトデー 15(金) 16(土) 17(日) 彼岸人 18(月) 保障相談日(やさどり、ももやき) 19(火) 20(水) 春分の日・かつおの日 21(木) 22(金) 23(土) 彼岸明 24(日) お楽しみ市(ありがとう1割引企画) 25(月) 26(火) 27(水) ずり屋の天ぷら(マルカ(天ぷら)) 28(木) 29(金) 30(土) 31(日) 地場産品(椎茸)

※催事についてはお取引先の都合で日程が変更される場合があります。あらかじめご了承ください。実施についてはお店にお問い合わせください。

(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・イニシャルで可・名前不可)

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!