

～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、使い出すことで便利です。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、美味しいう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。

都城市のT・Sさん(50代)

カゴを戻しています

私はお店で買い物をした時、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を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)

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の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

いつも気にかけてくれている両親に感謝したいです。自分が親になり、大変さが身に染みまします。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～?’のひと言で元気になります。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)。子どもが熟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、他関係してくだされた全ての方に、義母を大切に看護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過ごしたいです。

宮崎市のM・Mさん(40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)

『くらしの交流会』補助制度

●組合員さんならどなたでもOK。コープ委員会は2人から活動できます。
●共同購入を利用していない組合員さんでもOK。お友だちと一緒にどうぞ。
●「どんな集まりだろう?」と思ったら、とりあえず「ゲスト参加」としてのぞいてみませんか。

お正月の能登半島地震を受け、改めて防災等についての話、備え、避難、様々なことについて話しました。「それぞれの防災グッズを見直し、しっかり備え、何かあれば助け合って乗り越えよう」と確認しました。明日はわが身と思ひ、情報収集も怠らず、コープ委員会のような情報交換の場も、日常から役立てたいです。

(宮崎コープ委員会より)

興味のある方は、各店舗の店長やサービスカウンターにお問い合わせください。または、総務部(0985)32-1234 担当 田中まで、お気軽にお電話ください。

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分からない中、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、自分の夢へと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)

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

春の新生活応援 & 羽毛布団 受付期間 2月12日(月)～3月16日(土)まで

進学や就職など引っ越しされる方大変便利です。

●予約注文ができます。
●配達日時指定ができます。
●全国どこでも希望の場所へお届けします。(北海道・沖縄・離島は別途送料がかかります。)

合格発表後、いろいろな準備がある中、布団のセットを日時指定で送ることができ、とても助かりました。ありがとうございました。

(宮崎市の組合員さんより)

チラシは、店舗サービスカウンターにも常備しています。お申し込み・お問い合わせは 生活サービスセンター 電話 0985-29-5800 営業：月曜～土曜 9:00～17:50

店長便り

皆様こんにちは。店長の長野です。今年も2月が過ぎようとしています。お正月が暖かかったので、季節感が狂い、体調も何か微妙です。皆様もお気を付けてくださいね。さて、「宮崎産の金柑」も旬(1～3月)を迎えています。が、組合員さんからも、「金柑甘露煮の作り方を教えてください」と職員が聴かれたようで、すぐにレシピをお渡しできて喜ばれました。買い場にも準備しておりますので、参考になれば幸いです。また金柑は生のまま皮ごと食べることで、生活習慣病予防にもたくさん含まれている、と聞いたことがあります。私にうってつけの食べ物だと思いますが、食べ過ぎはいけないとのこと。何となくもほどほどがいいようです(^o^)

話は変わりますが、財光寺店で2月16日付で職員の異動がありました。異動して行く職員にも、たくさん助け

店長：長野 一道
「旬の金柑たまごがうまい」

「きんかん甘露煮」のPOP

きんかんの甘露煮

材料
きんかん(ざらめ1kg程度) レンコン(薄切) 1パック
①きんかんは洗って糖を洗い落とす。へたをとる。
②鍋にたっぷり水を入れて1を茹でる。
③2の茹で汁は捨て、鍋にきんかん以外の材料を入れ煮詰める。
※お好みで砂糖や塩を加えて調整してください。

話は変わりますが、財光寺店で2月16日付で職員の異動がありました。異動して行く職員にも、たくさん助け

＜お世話になりました＞

日知屋店から財光寺店へ移転する前より勤めていて、この度、北小路店へと異動することになりました。たくさんの方から、「コープのお惣菜はおいしいね!」との嬉しい言葉をいただき、それが私の何よりの励みとなりました。本当にありがとうございました。今後ますます、組合員さんに喜んでいただける惣菜コーナーになっていくと思いますので、今後どうぞよろしくお願いいたします。

惣菜部門 日野 恵さん

＜お世話になりました＞

この度、延岡の北小路店に異動することになりました。アルバイト時代も含め約4年半の間、大変お世話になりました。北小路店に行っても、財光寺店で学んだ経験したことを生かし、がんばります。ありがとうございました。次のマネージャーは、入協3年目になる甲佐花恋(こうさかれん)さんです。慣れないことも多いかと思いますが、あたたかく見守ってください。

フロア部門 こだま あきこさん 兒玉 晃久さん

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っ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…。

大学生協でご加入いただいた「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)に移ることが出来ます。

※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)
くらしの保障部 TEL 0985-29-3700(月～土 9:00～17:50)

れました。異動先でも元気にがんばってほしいと思います。今回は退任あいさつ、次回で着任あいさつを掲載いたします。よろしくお願いいたします。

＜お世話になりました＞

品揃えマネージャーとして4年間、大変お世話になりました。仕事の内容が分からず、がむしゃらに仕事を覚えた1年目。コロナ禍で翻弄された2～3年目。いろんなイベントを楽しんできた4年目。あつという間でした。本当にありがとうございました。高鍋店に行っても、財光寺店での経験を生かしてがんばります。

レジ・カウンター部門 かわさき じろう 川崎 二郎さん

畜産部門のマネージャーとして1年間、組合員さんをはじめお取引先、職員いろいろな方に助けられ、楽しく仕事をすることができ、ありがとうございました。後任には花緑店より新しいマネージャーが着任します。これからも畜産部門をよろしくお願いいたします。

畜産部門 よしゆかり 吉川 優二さん

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!

手書きがめんどろ! 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

手書きの必要な項目を印字してお渡しいたします!

必要に応じてお届け先も印字します。

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。に入るのどれでしょう?
◎ひじき ◎もずく ◎わかめ

◆「身近なくらしの話題」「おにぎりの具材」「わが家の防災の備え」、「ベーカー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。
■12月(No.336)ハロー!コープクイズの答 ◎ くらし 応募総数1162通 正解者数1129通

財光寺店のお知らせ
営業時間 10:00～20:00
TEL0982-52-6611

財光寺店お楽しみ市

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)	保障相談日
27(火)	保障相談日
28(水)	茶会(色紙茶会)
29(木)	読定(コープマガジンの)
30(金)	りんごあめ(リンゴの)
1(土)	読定(焼肉、焼き芋(焼のやきとり焼き芋))
2(日)	読定(焼のやきとり焼き芋)
3(月)	ひなまつり
4(日)	広島お好焼(焼のやきとり焼き芋)
5(火)	読定
6(水)	読定
7(木)	読定(コープマガジンの)
8(金)	サバの日
9(土)	保障相談日
10(日)	読定
11(月)	読定
12(火)	財布の日
13(水)	読定
14(木)	ホワイトデー(コープマガジンの)
15(金)	読定(焼肉、焼き芋(焼のやきとり焼き芋))
16(土)	読定
17(日)	彼岸
18(月)	読定
19(火)	読定
20(水)	春分の日・かつおの日
21(木)	読定(コープマガジンの)
22(金)	読定(焼肉、焼き芋(焼のやきとり焼き芋))
23(土)	読定(焼肉、焼き芋(焼のやきとり焼き芋))
24(日)	彼岸明け お楽しみ市 ありがとう1割引企画
25(月)	読定(色紙茶会)
26(火)	読定
27(水)	保障相談日
28(木)	読定(コープマガジンの)
29(金)	読定(焼肉、焼き芋(焼のやきとり焼き芋))
30(土)	読定
31(日)	読定

※催事についてはお取引先の都合で日程が変わる場合もあります。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。