

“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 272,245世帯
県内全世帯に対する加入率 57.4%
一人平均出資金額 19,113円 (2月11日現在)

にじのわ

3月 2回 349号

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>

ササッと作れる お弁当おかず

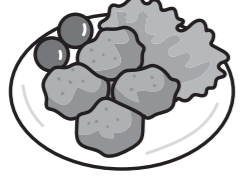


カットしたウインナーを常備

宮崎市 K・Sさん(50代)
ササッと作るためにウインナーを斜めにカ
ットしたものをジッパー袋に入れて冷凍常備。
ベーコンよりボリュームがあるので、ピーマ
ンやエノキと炒めると隙間埋め率アップ。ピ
リ辛やチーズ入りなどのバリエーションもあ
りますし、カットしているのでもレンジでチ
ン!でできるのもポイントです。

簡単からあげ

宮崎市 H・Iさん
わが家のササッと作れる弁当おかずは、簡単
からあげ! 戸村の焼肉のたれに鶏ももをつけ
ておき、片栗粉をつけてフライパンで焼き、
仕上げに少しタレを追加すると照りやきみた
いにもなり、とっっても
おいしいです。冷えて
もおいしいし、タレ漬
けした後冷凍して、使
う時に解凍するといつ
でも使えますよ〜。



2月頭、今年初めて家の
前で「ウグイス」が鳴きま
した。びっくり、こんなに
早くから鳴くんだと驚きま
した。雨続きで何か生暖か
いような日でしたが、確実
に春は近づいているのです
ね。早く春が来るといふこ
とは、夏も暑いかなあと
心配するばかりです。

毎家庭のサザンカにメジ
ロがたくさん飛んできてい
ましたが、今年は見かけま
せん。市民の森を散歩して
みてもあまり見かけません
どうしたのかな?

宮崎市の組合員さん
(70代)

食器をほんの少しだけ処
分しました。ただそれだけ
のことで器の出し入れが楽
になり、明るい気持ちにな
りました。びっくりでした。
物を減らしてシンプルに生
活することが今年の目標で
す。がんばります。

宮崎市 G・Sさん
(70代)



宮崎市の組合員さん
(70代)

ウグイス

志布志市 K・Sさん



先月帰省した息子たち。
同じ兄弟でも性格も全く違
っていて、面白いです。出
た料理を黙ってモクモク
食べる兄、「あ〜、うまい
わ〜」と口に出して言う弟
どちらも同じ気持ちでいる
のでしょうか。伝え方が
下手な兄は後日「作り方教
えて」とLINEしてきま
した。

延岡市 S・Yさん
(50代)

宮崎市の組合員さん
(70代)

暖かい日差しに庭周りの
雑草が目につくようになって
きました。これからどん
どん伸びるのではと思いな
がら、手仕事の草取りが増
してきそうです。また、フ
キノトウの芽がふくらむの
も楽しみです。

ウメのつぼみ

宮崎市の組合員さん
(70代)

ウメのつぼみが膨らみ始
めました。寒さももう一息
インフルエンザや新型コロナウイルス
などに負けないように、
気をつけて生活していきたいま
しょう。もう少し、もう少し
...

串間温泉

日向市 K・Sさん
(60代)

今年の目標は
「がんばらない」

宮崎市 平田しげ子さん

今年の目標を「がんばら
ない」と決めました!今ま
です!とがんばってきた
...

串間温泉に行ってきた
た。「美人の湯」と書いて
あり、温泉に入ったらお湯
がすべすべで気持ちよかつ
たです。食事もおいしく、
ポンカンが安く買え、味も
とっても甘かったです。



宮崎市の組合員さん
(70代)

早朝ウォーキングを続け
ています。星空に感動して
月が出ている時はその明る
さにも喜びを感じますね。
4時半過ぎから30分くらい、
その日の体調に合わせて楽
しく歩いています。赤い点
滅の飛行機は私をワクワク
させます。

2025年度 コープみやざき 総合職職員説明会・試験のご案内

～組合員さんからの「ありがとう」がいっぱい寄せられる職場です～
2025年3月に採用の総合職(正規)
職員を募集しています。
1次試験は4月6日(土曜)です。



吉元美智会長や先輩職員の話が
あります!

日時: 4月6日(土曜)
・説明会 10:00~12:00
・1次試験 13:00~14:30
会場: JAアズム 別館201研修室
(宮崎市霧島1丁目1番地1)

採用対象: 2025年3月 大学・短大・専門学校卒業見込みの方
および一般求職者 ※既卒者については高卒の方も大歓迎です。
採用人数: 6人前後
※最初の配属は共同購入地域責任者(配達担当者)または店舗部門責任者
になります。

1次試験申し込み: コープみやざきホームページで案内している所定の履歴書を、
3月30日(土曜) 必着で、総務部へお送りください。
間に合わない場合は、総務部へお問い合わせください。

申し込み先: コープみやざき 総務部 電話 (0985) 32-1234
〒880-8530 宮崎市瀬頭2丁目10-26



※2次試験(グループ作業・面接)は、5月25日(土曜)に行う予定です。
詳しくは、コープみやざきホームページの求人案内をご覧ください。

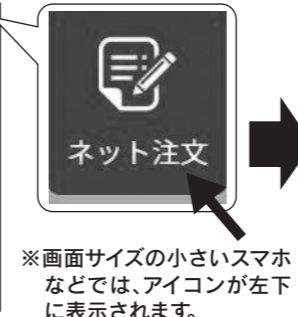
ロシアによるウクライナへの侵略が始まってから2年が
経ちました。たくさんの方が
失われ、住む場所を奪われ
今も人々の苦しみは続してい
ます。戦争が無ければ全く違
う人生を送れたらと思う
と強い憤りを感じます。その
ような中、宮崎に避難して来
られた方々は、辛い体験を心
にしながら慣れない土地
で懸命に日々を過ごしておら
れます。お話をしてみませんか
笑顔で、そしてたくさんの方
々に支えられておられる
ことに深く感謝しておられま
す。果たして、自分が同じよ
うな立場に置かれた時、強い
気持ちで暮らしていけるのか
想像もつきません。



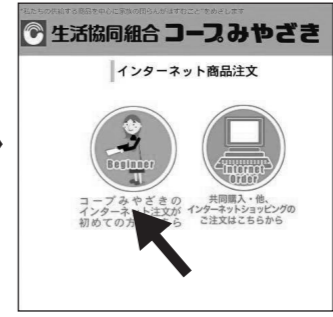
インターネット注文登録ってどうやるの?

共同購入は注文用紙や電話、FAXだけでなく、インターネットからもご注文
いただけます。インターネット注文登録されると、ご注文以外にも配達前
メールが届いたり、スクロールなどの在庫状況の確認もできます。

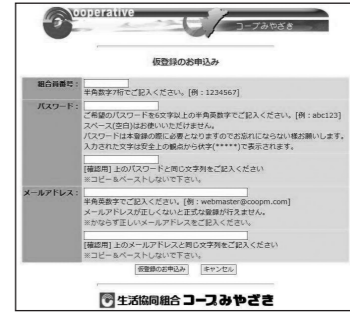
1 コープみやざきのホームページを開き、ネット注文のアイコンをクリックします。続いて、「コープみやざきのインターネット注文が初めてのの方はこちら」をクリックしてください。「ご利用の際の確認事項」が出てきますので、ご確認ください。



※画面サイズの小さいスマホ
などでは、アイコンが左下
に表示されます。



2 組合員番号、パスワード、メール
アドレスを入力し、「仮登録の
お申込み」をクリックしてくだ
さい。
3 メールに添付されたURLを
クリックすると、下のよう
な画面へと移動します。
②で入力したパスワードを入
力したメールアドレス宛に
入力したメールアドレス宛に
本登録用のメールが届きます。
して登録は完了です。



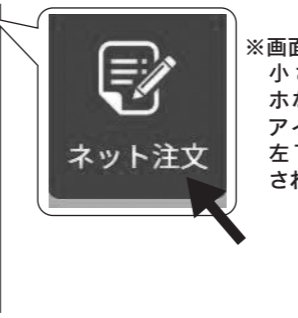
コープみやざきホームページ <https://www.miyazaki.coop/>



スマホの方は
こちらから!

インターネット注文なら 在庫の状況がわかります!

1 コープみやざきのホームページを開きます。ネット注文
のアイコンをクリックし、必要事項を入力し、ログイン
してください。



※画面サイズの
小さいスマホ
などでは、
アイコンが
左下に表示
されます。

2 ログイン後の画面に、下にあるようなアイコンが出てきます。こちらをクリックしてい
たと、各ホームページで在庫状況の確認と合わせて、ご注文ができます。



インターネット登録がお済みでない方は、
インターネット登録が必要です。
コープみやざき <https://www.miyazaki.coop/>



インターネット注文に登録されると
配達お知らせメールが
届きます!

とても便利です!
配達日の前日にお知らせのメールが来るので、何を
頼んだかわかります。また、そのメールから注文画面に
もアクセスできるので、とても便利です。
西都市の組合員さん

インターネット注文に登録している組合員さんを対象に、共同購入商品配達の前日、
メールでのお知らせを配信しています。
注文用紙で注文された場合にも、登録されている組合員さんにメールが届きます。

ご登録はこちらから!
コープみやざき …<https://www.miyazaki.coop/>



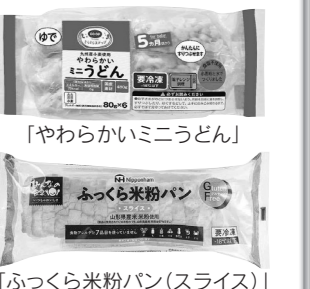
インターネット注文に登録されていてメールが届かない組合員さんは、ご登録のメールアド
レスが違っている可能性があります。配達にお伺いしている地域責任者にご相談ください。

お問い合わせ
地域責任者支援課 電話 : 0985-20-2110 (月曜~金曜 9:00~17:50)

ご存知ですか? 「やさしさ たらす」カタログ

このうどんは子どもが大好き! すく柔らかくて、他のうどんより
細く、つるつるしているのも食べやすいみたいです。スパーンで短く
切ったり、つぶしたりで、子どもの歳に合った食べ方ができて便利
です。
宮崎市の組合員さん

「やさしさ たらす」は、食物アレルギー
に配慮した食品や、乳幼児向けの食品に加え、
食べることに困りの方向けのやわらかい
食品、手軽に栄養を摂る食品などをご案内
しているカタログです。
アレルゲンについては、国の「食品表示
基準」で定められた特定原材料(7品目)
と準ずるもの(21品目)、合計28品目を
表示しています。



★登録された方に、月1回カタログをお届けします(無料)。
379999番を注文用紙の6桁番号記入欄にご記入ください。
★全商品、毎週注文できます。
商品は、通常の共同購入商品と一緒にお届けします。
★「共同購入にこにこ便」で、カタログの商品を直接生協から地方発送
できます。「こにこ便」専用の注文用紙があります。詳しくは、配達に
お伺いしている地域責任者にお問い合わせください。

楽しかったよ! ぐらしに役立ったよ! コープ委員会

2023年度は、県内で88コープ委員会、511人の組合員さんがコープ委員として、いろいろな声を発信してくださいました。集まれな時は、LINEなど活用し、ご意見を寄せてくださいました。

コープ委員会とは

コープみやざきは、組合員さんの声を基礎に運営されています。組合員さんの声を理事会へ反映させ、意見や要望をとり入れて運営していくことが大切です。そのために、月1度、料理や子育て、ぐらしの工夫などをおしゃべりする場として、小学校区を基本にコープ委員会を設け、声を発信します。

高鍋ブロック 妻南コープ委員会



今日のコープ委員会には、高鍋支所から2名の職員の方が参加されました。一緒に昼食をとりながら、たくさんの意見を出したり、雑談したりして、いつも以上に濃い委員会になりました。楽しい時間でした。

日向ブロック 美々津コープ委員会

生まれ育った地元に移住してきました。ご縁があって、自然豊かな土地でのんびり暮らしています。ご近所さんから、とれたて野菜やお魚が届きます。そんなご近所さんと一緒にコープ委員会を立ち上げました。仲間が増えるとうれしいです。



宮崎南ブロック 赤江コープ委員会

今回は、本郷地区の地域責任者の福山さんが参加してくださいました。60代のオバサンたちに囲まれて、言いたい放題言われて、話もどんどん脱線して20代の男性にはなかなか厳しい環境の中よくがんばってくれていました。組合員の気持ちが何かひとつでも届いていたなら嬉しく思います。



11月 本郷コープ委員会報告書より

今日は早めですけど、ランチをかねての委員会でした。いつも仕事で参加できない委員さんとも久しぶりに会えて、おいしいお料理をいただきながら、会話ははずみましました。成長した子どもの話、最近の物価高の話など、あっという間の楽しい時間でした。

12月 一ヶ岡コープ委員会報告書より

明るいメンバーなので毎回集まるのが楽しみです。コープ商品やコープに関する情報をみんなで共有することができているのは、みんながコープ商品を好きだからなんだと思います。何もかも値上げされて、財布のひもも硬くなってしまいますが、「良いものは良いので、買っていきたいよね」と話しています。コープ商品の特価、楽しみにしています(*^_^*)

12月 東方コープ委員会報告書より

今回は夜、集まりました。稲刈りも終わり、一安心してのコープ委員会でした。娘・息子さんの結婚、孫ちゃんの話で盛り上がりましました。自分たちの健康についても、食事の話・味付け・病気のことなど、心配になる年齢です。コープの食品は安心して食べられるので選ぶ時にも困りません。お店の惣菜もおいしいので助かります。

ただいま、2024年度のコープ委員さんを募集しています



主に小学校区で設けられるコープ委員会は、現在130地区中88地区に設けられています。県内全地域の組合員さんに毎月定期的にご意見をお寄せいただけるように、コープ委員さんのいない残り42地区でも、コープ委員さんを始めていただけるように取り組んでいきます。

コープ委員会の意見を受け止め、改善することができました

コープ委員会から出された『この商品がよかったよ』『こんなことがうれしかったよ』など、コープ委員会の報告書や『みんなに伝えたいうれしいこと』を通して多くの声寄せられました。

その中で商品について寄せられたご意見は、カタログや店舗のポップで使わせていただき、組合員さんが商品を購入される時の参考にしていただいています。

『みんなに伝えたいうれしいこと』



店休日のおおる坂店に行ったら、駐車場にいっぱい買い物かごが干してあってビックリ。そして職員さんたちが忙しく動いておられました。店休日にあれほど職員さんたちが働いている様子に感激してしまいました。いつも気持ちよくお買い物ができるのは、こんな見えない努力があったからだなあと、お店のみなさんに感謝していっぱいです。

(宮崎市/大淀・古城コープ委員会)



配達時に雨が降っていたら、大きな袋を被せて商品が濡れないようにしてくれています。地域責任者さんの心遣いに感謝です。

(国富町/木脇コープ委員会)



関西出身の友人が、年明けに法事があり、ネットで安いチケットを購入しようとしていたそうです。でも発券手数料が1枚につき〇円、夫婦分なので〇円×4枚分となり、チケットは安くても手数料が高いんだなと思ったと聞いたので、「旅行センターに聞いてみたら？」と伝えてみました。

結果、発券するその1回でよかったそうです。そしてチケットを取りに行くつもりでいたら「発送は無料ですよ」と言われて送ってもらうことになり、大変喜んでいました。

(宮崎市/加納コープ委員会)



『理事会で検討してほしいこと』

ご意見

車を運転している時、佐土原店の駐車場入り口が分かりにくいです。特に雨の日や夕方うす暗くなった時、看板など何か目印があると良いです。

(宮崎北ブロック 広瀬コープ委員会)



理事会からの回答

店舗西側の通りには2箇所の出入口、南側には1箇所の出入口を設けておりますが、いずれも駐車場案内の看板を設置しております。夜間になりますと、これらが暗闇に紛れるため見えにくくなり、ご不便をおかけする状況になっているものと思います。申し訳ございません。より看板が視認しやすくなるよう、夜間に光を反射する蛍光テープを貼り付けたいと思います。



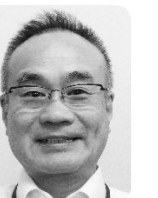
各出入口に、背の高い看板を設けています。看板の枠を緑取るように蛍光テープを貼り付けます。

コープ委員さんは、

- 組合員さんならどなたでもOK (共同購入を利用していない組合員さんでもOK)
- 交通費・通信費は支給されます。
- ※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!

興味のある方は、各店舗の店長やサービスカウンターおよび地域責任者、または機関運営部 田中克典までお問い合わせください。

機関運営部
電話 (0985) 32-1234



機関運営部 田中克典