

“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。

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  
TEL0985-32-1234 FAX0985-32-3355  
ホームページアドレス https://www.miyazaki.coop

ーみなさまへのお約束！ー

○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)

1月号から・お便り

返品手続きが簡単

毎月、ハロー!コープを楽しみにしています。1月号で驚くことができました!コープさんで購入した衣料品の返品などのコープの店舗でも対応可、とのこと。普通は購入した店に持って行かなければなりませんが、このサービスは凄いなと感じました。

宮崎市のS・Hさん(50代)

コープファン

今回の紙面に職員の皆さんの写真があり、「こんなにたくさんの職員で運営されているのだな～」と実感したところでした。他店もオープンしますが、コープには今までと変わらず、ファンのお客さんがたくさんおられることがとても嬉しいです。

日南市のN・Tさん(60代)

少量目がいいですね

生協は野菜など、さまざまな商品を少量目で販売しているので、今の時代にマッチしていると思います。食品ロス削減にもひと役買っています。

高鍋町のM・Hさん(80代)

ぜんざいの振る舞い

鏡開きの日(1/11)にお店に行ったら、ぜんざいの振る舞いがありました。餅の代わりにならねが乗っていて、とても美味しかったです。餅を焼くのは大変。あらねがあったか!、といいアイデアをもらいました。正月から災害に遭われた人の報道を見て毎日涙する日々でしたが、ぜんざいをいただいて、心の暗さが少し開けたような明るい気持ちになりました。ありがとうございました。

鹿児島県のM・Sさん(50代)

日向夏をアレンジ

春キャベツの千切り、新玉ねぎの薄切り、日向夏は細かく切る。人參も千切りにして混ぜる。「べんりで酢(合わせ酢調味料)」「コショウ+オリーブオイルをかけてでき上がり。さっぱり食べられます。

宮崎市のM・Yさん(60代)

金柑の輪切り

先日、金柑をいただいたので、キャベツの千切りと、金柑は種を除いて薄く輪切りにしてドレッシングで和えたら、金柑の甘さもあり、美味しかったです。大根と金柑も合います。

延岡市のT・Mさん(60代)

焼豚やハム

みずみずしい春キャベツをスライサーでカットし、焼豚やハムの千切りと混ぜて、塩コショウ+ゴマドレッシングをかけて食べることが好きです。ワカメやミニトマトを加えてもOK。一品にしています。

宮崎市のY・Mさん(60代)

わが家の春サラダ+トッピング

・玉レタスを縦に1等分に切り、くし型のまま皿に放射状に並べる。

トッピング① オリーブオイルでかりかりに炒めたちりめんじゃこ。

トッピング② 刻んだくるみ。

③ 炒りたまごやゆず葉花をのせても春らしくていいですね!

宮崎市のM・Sさん(60代)

コールスロー

春キャベツは太めの千切りの後に塩もみをして、しばらくしてしっかり絞る、レーズン、りんご、あればきゅうり、人參を入れて、カンタン酢とマヨネーズ少々で混ぜてでき上り。

宮崎市のT・Wさん(60代)

麺やポテチ

サラダに色を付けたい時に、人參をスライスして型抜きをしたりして作ります。魚肉ソーセージも使って、季節の野菜たっぷりで作ります。しっかり目の味や食感が欲しい時は、チキンラーメンやポテチを砕いて乗けます。子どもと遊び心満載で作っています。

高鍋町のY・Mさん(40代)

カボチャサラダ

カボチャの皮とワタを取り、レンジで加熱して柔らかくしたら、塩コショウをしてつぶします。冷凍枝豆を入れてマヨネーズで和えたら、彩りの綺麗なカボチャサラダのでき上り。お弁当に入れても、もちろんOK。

高鍋町のY・Kさん(50代)

さきイカやチーズをアレンジ

わが家はやっぱり大根カミカミサラダです。きゅうり、大根、人參を千切りにして、キャベツはサツとレンチンします。そしてイカのおつまみ(さきイカ)を加えて、青じそドレッシングで和えます。シャキシャキ美味しいです。サイコロ状のチーズを加えて、マヨネーズ味も美味しいです。

宮崎市のY・Mさん(40代)

店長便り



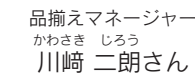
いけだ なおたか  
店長: 池田 直隆  
「組合員さんとお話できるのを  
楽しみにしております」

皆様こんにちは。店長の池田です。2月3日の豆まき大会は雨が降ってきたため、中止とさせていただきましたが、「残念」という声もお聞きしました。大変申し訳ありませんでした。来年は雨が降った時のこともしっかりと計画に入れ、豆堀み等のイベントができるよう準備してまいります。

そして組合員さんより、「イベントが実施されるか中止かのお知らせを早く知るためには、どうしたらいいの?」との問い合わせがありました。「高鍋店にご連絡いただくか、CO・OP LINEにて当日案内をしていましたので、登録をしていただければ、来店される前に知るこ

くよろしく願いいたします

こんにちは。日向市の財光寺店から品揃えマネージャーとして異動して来ました、川崎二期(かわさきじろう)です。高鍋店で勤務は5年振りにになります。少し懐かしさもありますが、新たな気持ちでがんばりたいと思っています。皆様のご意見・ご要望をぜひお聞かせください。



品揃えマネージャー  
かわさき しろう  
川崎 二期さん



水産部門マネージャー  
みづもと りょう  
内村 朋浩さん

こんにちは。今回、宮脇店から水産部門マネージャーとして着任しました、内村朋浩(うちむらともひろ)といたします。ご要望などありましたら、ご遠慮なくお申しつけください。組合員さんとの会話で、私も成長していけたらと思います。より良い水産部門を目指しています。

くお楽しみ市のご案内

今回のお楽しみ市は、『一年間のご利用・応援へ感謝! ありがとう1割引企画』です。2023年度にお店をご利用いただいた組合員の皆様へ、感謝の気持ちを表す3日間となります。一部、たばこや切手等、対象外商品もございますが、コープ商品も含め、ほとんどの商品が1割引となります。この機会にぜひお知り合いの方も誘いください。皆様のご来店を、職員一同お待ちしております。



くCO・OP共済ニュース

大震災による被害に備えましょう!

大切な住まいとくらしを自然災害から守るために  
防災、減災の準備は大丈夫でしょうか

今年1月1日に『能登半島地震』が起こりました。いまだライフラインの復旧は進まず、多くの方が避難生活を余儀なくされています。被災された皆様には、心よりお見舞い申し上げます。コープみやざきでは、自然災害で被害に遭われた際の生活再建のお手伝いとして、CO・OP火災共済を取り扱っております。万一来、日頃から持ち出す物の準備、避難場所等の再確認をされておくことと安心です。また、被災後の再建に必要な費用も、しっかり準備しておきたいですね。保障についてのご質問、ご相談がございましたら、ご遠慮なく下記へお問い合わせください。

素早い対応に感謝!

連絡がつかずに、被害状況を見に来てくださり、共済金の見積もりを素早くしていただいたので、本当に助かりました。全壊でなく、部分的な損壊でも共済金をおいただいて、ありがたかったです。  
(火災共済で共済金を受け取られた組合員さんの声)

く資料のご請求やお問い合わせ  
コープ火災共済センター 0120-6031-43(月曜~土曜 9:00~18:00)  
コープみやざき くらしの保障部 0985-29-3700(月曜~土曜 9:00~17:50)

とができますよ」とお伝えしました。CO・OP LINEでは、今週のおすすめ商品や旬な情報、組合員さんからお聴きした声などを紹介しております。まだ、ご登録されていない方は、ぜひご登録してご利用くださいませ。話は変わりますが、職員が組合員さんからお聞きした声を紹介いたします。

【台所の漏水修理のお支いに来られた組合員さんより、「宮崎市内に住む娘が、生協に頼めば安心よ、と言ったから頼みました。とっても親切で良かったわ。直ぐ対応してくれました」と教えていただきました。会話の最後に、「今度は雨どいの修理を頼みます」と言われて、私も嬉しくなりました】と発信してくれました。

コープみやざきでは、さまざまな事業を行っておりますので、お困りのことなどありましたら、何でもご相談ください。できるだけご要望にお応えしていきます。

今回は、高鍋店に異動して来た職員からの挨拶文を載せています。これからよろしく願いいたします。

知っててお得!知ってて便利!

荷物を送るなら「店舗にここに便」が便利!

当日お店で購入した商品を、そのままサービスカウンターから宅急便で送ると、お安い料金(送料)でご利用できます。ご自宅からの持ち込みの品物は、箱の容量の半分までOKです!

米、野菜、衣類など、持ち込みは箱の半分までOKです!

県外の大学に通い、ひとり暮らしをしています。ここに便で送られてくる母の荷物が、毎回楽しみです。母も「買い物ついでに送れるので大変便利!」と言っています。宮崎市のK・Hさん(20代)

息子家族に送りました。小さい時から COOP 商品で育ったので、懐かしいやら美味しいやらで、とても喜んでいて、私も送って良かったと実感しました。宮崎市のJ・Sさん(70代)

※当日購入の商品でも、一旦自宅に持ち帰られた商品は、持ち込み扱いとなります。

○お持ち込みの荷物が箱の半分を超える場合は、「特達運賃」となります。

◆店舗に準備しているダンボールの空き箱は、自由にご利用ください。  
◆冷蔵・冷凍の場合は、別途クール料金ががかかります。  
◆送り状の「印字サービス」もできます。  
◆共同購入の「ここに便」とは、料金(送料)が異なります。くわしくは、サービスカウンター職員におたずねください。

2025年度 コープみやざき

総合職職員採用説明会・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組織で働いてみませんか~

2025年度採用の総合職(正規)職員を募集するにあたり、説明会と一次試験を実施します。一次試験は4月6日、または5月4日のいずれかを受験してください。

日 時: 4月6日(土)  
説明会 10:00~12:00  
座談会 12:00~13:00  
一次試験 13:00~14:30  
会場: J Aアズム別館201号(宮崎県豊島1丁目1番地1)

日 時: 5月4日(土)  
説明会&一次試験 13:30~15:00  
会場: コープみやざき本部(宮崎県瀬頭2丁目10-26)

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、一般求職者となります。※既卒者については高卒可也。

採用人数: 10名前後  
※最初の配属は、共同購入地域責任者(配達担当)、または、店舗部門責任者になります。

一次試験申し込み: 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、1回目は3月30日(土)必着、2回目は4月27日(土)必着で、総務部へお送りください。間に合わない場合は、総務部へお電話ください。

お申し込み先: コープみやざき 総務部 〒880-8530 宮崎市瀬頭2丁目10-26  
電話 (0985)32-1234 (営業時間は平日の9:00~17:50です)  
※二次試験(グループ作業・面接)は、別日に行う予定です。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。

生協いきいき健康ウォークin 日向

春の一日、ご家族や友人の皆さんと一緒にウォーキングを楽しみましょう!

日 時: 4月20日(土)  
午前10時~午後1時(ゴール到着後解散)  
受付 9:30~  
雨天の場合は中止になります。※ゴール後は自由解散  
参加費: 無料  
集合場所: 日向市幸臨地区 日向サンパーク公園ウォーキングコース

①美々津・街並みコース (7km)  
②権現崎公園コース (5km)  
③サンパーク公園周遊コース (2km)

お申し込み: 各店のサービスカウンターにお申し出ください。または、下記にお電話ください。

募集人数: 150人  
お申し込み締め切り日: 4月12日(金)

※定員になり次第締め切らせていただきます。

お問い合わせ先: 総務部 0985-32-1234  
(平日 9:00~17:50 土・日 休み)



一年中 承っています

布団丸洗い 丸洗い・再生

ダブルからシングルへ  
34年前、結婚した時のダブルの羽毛布団がありました。『どうしようかな』と考えており、シングルの方が使い勝手がよいので再生をお願いしたところ、とても暖かく利用して良かったと思いました。ありがとうございました。

(再生を利用された延岡市の組合員さんより)

◆押し入れにしまいう前にキレイにしませんか。

■丸洗い(種類・サイズは問いません。)  
1枚... 6,000円  
2枚... 9,900円  
3枚... 14,600円  
4枚... 17,200円

※羽毛布団3枚限定 12,100円

■丸洗い・再生  
羽毛布団... 18,480円~  
わた布団(掛)... 13,750円~  
わた布団(敷)... 13,860円~

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)



クイズ

◆今回のお楽しみ市は、組合員さんに日頃の感謝の気持ちを込め、1割引企画を実施します。に入るのはどれでしょう?  
①組合員さん ②日頃の感謝 ③ありがとう

◆「身近なくらしの話題」、「私のおすすめお花見スポット」、「プロコリコを使った料理」、「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也。

・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。

■1月(No.337)ハロー!コープクイズの答 ② いわし  
応募総数1194通 正解者数1169通

高鍋店お楽しみ市

3/23(土)・24(日)・25(月)

4月のカレンダー

|         |                     |                     |
|---------|---------------------|---------------------|
| 3/23(土) | ↑確定 (コラプランハウス)      | 唐揚げ (とり鳥)           |
| 24(日)   | お楽しみ市 ありがとう1割引企画    |                     |
| 25(月)   | 炭火焼、焼き芋 (後のやきとり焼き芋) | 焼肉 (後のくらや)          |
| 26(火)   | 炭火焼、焼き芋 (後のやきとり焼き芋) | 焼肉 (後のくらや)          |
| 27(水)   | 炭火焼、焼き芋 (後のやきとり焼き芋) | 焼肉 (後のくらや)          |
| 28(木)   | 炭火焼、焼き芋 (後のやきとり焼き芋) | 焼肉 (後のくらや)          |
| 29(金)   | 炭火焼、焼き芋 (後のやきとり焼き芋) | 焼肉 (後のくらや)          |
| 30(土)   | ↑確定 (コラプランハウス)      | 唐揚げ (とり鳥)           |
| 31(日)   | イースター               |                     |
| 4/1(月)  | 炭火焼、焼き芋 (後のやきとり焼き芋) | 焼肉 (後のくらや)          |
| 2(火)    |                     |                     |
| 3(水)    | いんげん豆の日             |                     |
| 4(木)    | あんぱん・どらやきの日 保障相談日   | 焼肉 (後のくらや)          |
| 5(金)    |                     | 唐揚げ (とり鳥)           |
| 6(土)    | ↑確定 (コラプランハウス)      | 唐揚げ (とり鳥)           |
| 7(日)    |                     |                     |
| 8(月)    |                     |                     |
| 9(火)    |                     | 焼肉 (後のくらや)          |
| 10(水)   | とまとの日               | 炭火焼、焼き芋 (後のやきとり焼き芋) |
| 11(木)   | ずり身の天ぷら (イムカ(天ぷら))  |                     |
| 12(金)   |                     | 唐揚げ (とり鳥)           |
| 13(土)   | ↑確定 (コラプランハウス)      | 唐揚げ (とり鳥)           |
| 14(日)   |                     |                     |
| 15(月)   | 茶                   |                     |
| 16(火)   |                     | 炭火焼、焼き芋 (後のやきとり焼き芋) |
| 17(水)   | なすびの日               | 炭火焼、焼き芋 (後のやきとり焼き芋) |
| 18(木)   | よい葉の日               | クッキー・小僧 (しろはと工房)    |
| 19(金)   | 保障相談日               |                     |
| 20(土)   | ↑確定 (コラプランハウス)      | 唐揚げ (とり鳥)           |
| 21(日)   | もずくの日               | 炭火焼、焼き芋 (後のやきとり焼き芋) |
| 22(月)   |                     | 焼肉 (後のくらや)          |
| 23(火)   | しじみの日               | 炭火焼、焼き芋 (後のやきとり焼き芋) |
| 24(水)   |                     | 焼肉 (後のくらや)          |
| 25(木)   | 地産産品 (佐賀県産)         |                     |
| 26(金)   |                     | 焼肉 (後のくらや)          |
| 27(土)   | ↑確定 (コラプランハウス)      | 唐揚げ (とり鳥)           |
| 28(日)   | お楽しみ市               | 唐揚げ (とり鳥)           |
| 29(月)   | 昭和の日、ナポリタンの日        | 炭火焼、焼き芋 (後のやきとり焼き芋) |
| 30(火)   |                     | 焼肉 (後のくらや)          |

※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。