

“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>

前号から

ボークステーキ

中村食肉さん!のボークステーキは、とても便利で美味しい!冷凍していても、流水解凍してすぐに焼けるので、「あ〜今日は何にしよう?」と思っても、冷凍庫にこれがあればすぐ一品作れます。お弁当にド〜ンと乗せると、ボリューム満点!冷えても柔らかいですよね。

宮崎市のK・Yさん(60代)

カタログのリサイクル

共同購入のカタログを回収して再利用って、凄いですね。組合員さんの要望を何でも、すぐに叶えてくださるなんて、本当にありがとうございます。

都農町のT・Kさん(70代)

『夕食宅配』について

今は車を運転して買い物に出かけられますが、いずれ歳を取って車に乗らなくなったら、「夕食宅配サービス」にお世話になるかもしれません。

宮崎市のH・Eさん(60代)

※サービスの開始は、宮崎西ブロック・宮崎南ブロックからとなります。

遠くを見る

私がやっているのは、遠くを見ることです。空を見上げると、目にいいだけでなく心もスッキリして、一石二鳥です。

宮崎市のH・Mさん(40代)

マッサージ

寝る時に目のツボを含め、顔や頭のマッサージをしています。やっているうちに寝つきが良くなってきたようで、いつの間にか寝てしまっています。時間に余裕がある時は、遠い所を見るようにしています。心なしが、目がスッキリする気がします。

宮崎市の組合員さん(60代)

アントシアニンを摂る

スマホは夜寝る前にはあまり使用しない。ブルーライト用の眼鏡をかける。「目に良い」と言われているアントシアニンを多く含む食材を食べてみる。など、いろいろ取り入れています。

宮崎市のE・Tさん(70代)

ホットタオル

ハンドタオルを濡らし、絞ってからレンジで20秒くらいチンして、温かくなったハンドタオルを両目に当てると、すごく気持ちがいいです。母がよくやっていて、私も真似しています。

宮崎市のJ・Sさん(60代)

眼球体操

眼球を上・下、左・右、斜めに動かす。瞬きを、両目・片目ずつと、回数と強弱をつけて繰り返す。などを行っています。

都城市のH・Kさん(70代)

「ホットアイマスク」

名前の通り、目を温めて血流を良くしたり、リラックス効果を高めたりします。使い捨てでなく、レンジで何度も使用可能なので、おすすめです。

宮崎市のM・Hさん(40代)

乾燥防止

私がやっているのは、瞬き(まばたき)を意識することです。目が乾かないように気をつけています。

延岡市のM・Sさん(30代)

コープみやざき設立50周年記念「抽選企画」 当選番号発表

☆当選番号は抽選番号の**下4桁**です。

くらしの積立	1等	10,000円×200本
		1844
くらしの積立	2等	5,000円×400本
		3132 0853
くらしの積立	3等	1,000円×1000本
		2152 3056 2359 1479 3044
くらしの積立	4等	500円×5000本
		2162 3068 1406 2289 1060 1063 3077 3058 3090 1947 2963 0056 1824 0882 0815 1453 0232 2566 3158 3169 3108 0055 3082 1095 2593

☆当選者には、お申し出がなくてもくらしの積立へ加算します。
当選案内は8月下旬にお送りしています。
☆くらしの積立には8月20日(火)に加算しました。
お問い合わせ：総務部・機関運営部 0985-32-1234

『車でフリーマーケット』出店者募集!

【日時】12月1日(日)
10:00 ~ 15:00
【場所】宮崎市 シーガイア
立体駐車場

【募集内容および出店料】
◎2,000円区画 (駐車場2台分) …141区画
◎3,000円区画(角地 駐車場3台分) …24区画
☆出店はコープみやざきの組合員さん、一人1区画のみ。
☆場所の指定はできません。

●お申し込み方法
コープみやざきのホームページからのお申し込みとなります。
※インターネット環境のない組合員さんは、お電話にてご相談ください。
※エントリー画面は受付期間中のみ開設されます。

●お申込受付期間
10月8日(火) 12:00 ~ 10日(木) 17:00
お申し込み多数の場合は、抽選となります。抽選に漏れた場合の「キャンセル待ち」の順番も抽選とさせていただきます。(先着順ではありません)
お問い合わせ先：機関運営部 車でフリーマーケット係
電話 0985-32-1234 (月~金 9:00~17:50)

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)



空を見上げる

私は時間の許す限り、遠くを見るようにしています。今の時代、スマホは必ずと言っていいほど持っており、近頃は空を見てしまうので、緑を見たり空を見上げたりします。目を閉じると周りの声(夏は蝉)を身近に感じ、季節を一番楽しむことができます。また、果物(ビタミン)を摂ることも心がけています。

延岡市のS・Uさん(40代)

乾燥防止

私がやっているのは、瞬き(まばたき)を意識することです。目が乾かないように気をつけています。

延岡市のM・Sさん(30代)



皆様こんにちは。店長のよしむらです。9月ももうすぐ終わり、運動会のシーズンですね。すでに5月に終えている幼稚園・保育園、学校などもありますが、この秋に行う所もあると思います。家族の応援も大変ですね。ちなみに「愛媛の孫の運動会を一度は観てみたい」と思っていますが、息子からは、「小学校はマンモス校で生徒数が1200人だから、見学制限があるし、どこにわが子がいるのか自分でも分からんよ」と言われ、ちょっとガッカリ。あと2年で上の子が小学校卒業なので、それまでにはぜひ行きたいと思っています。

<8月18日(日)>「こども店長」を開催しました>

午前11時からには5人、午後4時からには3人の、2回とも子どもさんとそのご家族が参加されました。皆さんは初めての経験ということで、加工場でのオートパッカー(自動計量・ラップをする機械)体験でも、大変興味を持った様子でした。他にもマイナス20℃の冷凍庫を体感したり、レジに立って商品をスキャンしたり、水産の加工場では魚の名前を覚えたり、普段は中々できないことを、大変喜んで体験してくれました。中でも検食として、果物やお刺身、焼肉などを食べた時が一番笑顔がはじけていました。任務終了後はごほうび(お給料)として、お菓子の詰め合わせをお渡ししました。



レジスキャンのお手伝い



お魚の種類を勉強

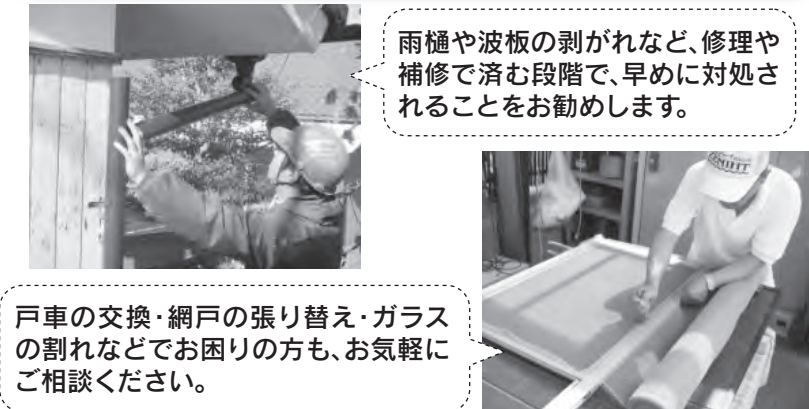


果物の検食(試食)

ちょっとした修理もご相談ください!

台所のスイッチが悪くなって、今回も生協さんに相談させていただきました。すぐに提携店の担当の人が来られ、取り替えてくださいました。困っていることを話すと、いろいろと詳しく説明してくださって、納得いくお仕事をされているので助かっています。これからも生協さんには、いろいろなことでお世話になりそうです。

宮崎市の組合員さんより



お問い合わせは **住宅センター** 県内全域 (0985)29-5800
営業日：月~土 9:00~17:50 **県北営業所** (0982)33-6215

<7月の「わが家の声カード」の受けとめ>

今回は小林店に対して、12人の方からご意見やご要望が寄せられました。お気に入りの声を紹介します。「鮮魚の担当の対応が良く、扱うお魚もいいです」「パンコーナーに、新商品が次々出るのを楽しみます」「惣菜の商品、バラエティがあつて助かっています」「最近をよく、お惣菜の商品を購入するようになりました」。

職員対応については、「よく失敗をするのですが、嫌な顔一つせず助けてくださいます」「いつも親切で丁寧に対応してくださいます」など嬉しい声をいただきました。

一方で、「レジ開放のタイミングが遅い、レジが混雑している時はカゴ運びを止めてレジに集中してほしい」というご意見もいただきました。レジ体制は、利用者予測を基に組んでいます。混雑した場合のレジ要員はいないので、予測以上に混雑した場合は、他の職員で応援をいたします。他部署の職員もレジ応援ができるように研修もしております。カゴを運ぶ件につきましても、ご年配の方や小さなお子様連れ、体の不自由な方などを中心に付けておりますが、混雑時にはレジ台にスペースを作る方が効率が良いため(次の方のカゴを台に乗せやすくする)、お金を準備する間にカゴを運んでおります。可能な限りお待たせしないように、さらに努力いたします。これからもいただいた声を基に、皆様に喜んでいただけるお店を目指していきます。

知ってお得!使って便利!

「くらしの積立」はとっても便利

レジでの支払いには、現金以外に「くらしの積立」の支払いもあります。ご本人のコープカードを使って、前もって『くらしの積立』にチャージ(入金)しておくと、レジで現金を用意することなく、くらしの積立からお支払いができます。

「くらしの積立チャージ機」をぜひご利用ください。



オレンジ色のボックス

初めてくらしの積立にチャージして、買い物をしました。チャージのやり方が不安だったので、職員に聞きながらすると、とても親切に教えていただきました。レジでお金を出す手間がなく買い物ができて、とても便利でした。

都城市のT・Wさん(60代)

くらしの積立は確かに便利です。「あ〜、お金が…」と不安に思った時「アッ!くらしの積立があるから大丈夫!」と何回も思ったことがあります。ちょっとずつでも積み立てておけば、とても助かります。

宮崎市のY・Iさん(60代)

◆くらしの積立チャージ機の使い方が分からない時や、『くらしの積立 残高レシート表示』を希望される時は、サービスカウンター職員へ、お気軽にお問い合わせください。

クイズ

◆そろそろ鍋の季節ですね。今回の紙面では、コープみやざきでも人気のつけたれ商品をご案内しております。それは次のどれでしょう?

㊐ へべすのかほり ㊑ かぼすのかほり ㊒ ゆずのかほり

◆「身近なくらしの話題」「小さい頃、家の周りや近所楽しんだ遊び(その名前)や思い出(例:かくれんぼや鬼ごっこ、缶蹴りなど)」、「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。はかばかの郵送でも可。
●インターネットで応募の際は、<https://www.miyazaki.coop> 右のQRコードからもおすすめです。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。
■7月(No.343)ハローコープクイズの答 ㊐ ボークステーキ
応募総数 1,143通 正解者数 1,117通

ハローコープ No.345 クイズの答 (10月15日メ切り)
2024.9月号 →店舗支援部行
(何でもメッセージ) 回答(●いる ●いない)

(氏名) (総合員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)

大海原を望みながらの温泉も気持ちよかったです。

夫の「伊勢海老を食べたい」との願いが叶いました。生活事業の案内に、行こうとしていた青島サンクマールのことが出ており、早速電話でお願いしました。ずっと以前に利用したことがあり、久しぶりに行きました。ホテルの立地条件が素晴らしいです。ホテルの立地条件が素晴らしいです。ホテルの立地条件が素晴らしいです。料理も新鮮で美味しかったです。

西都市 H・Kさんのアンケートより

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

読書の秋 ですね

今、人気の2冊をご紹介します

「百年の孤独」 組合員価格 1,250円
「母の待つ里」 組合員価格 750円

小説を読むのが好きだけど、本屋さんでも近くに、どんな本を読んだら良いか分からないので、紹介してもらおうと助かります。(組合員さんの声です)

この他にも読みたい本・コミック・DVDなどお取り寄せします。(ご注文から1~3週間後のお届けとなります)

コープBOOK・CD・DVDセンター

電話(0985)28-6611 パソコン・携帯電話アドレス入力注文
FAX(0985)28-0033 →<http://www.miyazaki.coop/seikatu/index.html>
営業日：月~土 9:00~17:50 **パソコン・スマートフォンQR登録注文はこちら**

青島サンクマール

●チェックイン/15:00 ●チェックアウト/10:00 (入退館別) [レストラン食]
■~11月30日まで ■1泊2食付 おひとり様料金(11室あたりの人数からお客様の人数を除く)

伊勢海老会席<増> 4名1室 3名1室 2名1室
平日 小学生 子供会席:8,400円
平日 幼児(3才以上) ランチ食:5,100円
※添い寝(2才) 施設使用料 1,100円
宿泊日により料金変動します。詳しくはお問い合わせください。
※料理はイメージです ※船盛は4名様盛

伊勢海老の名前の由来は「磯ににいるから」「威勢がいいから」など諸説あります。「海老」と書いてエビと読むように、腰の曲がった姿は「長寿のシンボル」とされ、ゆで汁の鮮やかな赤は縁起のいいものとしてめでたい席では、鯛とともに欠かせないものとして日本文化に溶け込んだようです。めでたい伊勢海老を、旬のこの時期にどうぞお召し上がりください。