

“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 273,465世帯
県内全世帯に対する加入率 57.5%
一人平均出資金額 18,813円 (9月15日現在)



10月
429号 3回

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>

たより
コープみやざき

携帯メールで、
写真付きのおた
よりを送るこ
とができます。



にじのわメールアドレス
niji@miyazaki.coop

生協を
利用している人は親切

宮崎市の組合員さん
(80代)

膝の痛みについてのたよ
りがにじのわに載ったとこ
ろ、それを読まれた方から
生協を通してお手紙が届き
ました。膝の手術をしてく
れる都城の病院についてで
した。「都城の病院なので
ちよつと遠いですけど…」
と書いてありましたが、私
は都城出身なので分かりま
したよ。お忙しい中知らな
い人のために、病院や先生
を紹介してくださるなんて
…。生協を利用している人
は親切なんだなとつくづ
く思いました。とてもうれ
しく感謝しています。どう
もありがとうございます。

食欲の秋



都城市の組合員さん
(60代)

食欲の秋ですね。新米・
梨・りんご・ぶどう・栗・
きやあー！どうしましよ
う！嬉しくもあり、体重増
加が怖いですね。



元気をもらった運動会

三股町の組合員さん
(50代)

運動会！暑かったです。
子どもたちが暑い中でがん
ばっている姿は最高の青春
でした。感動しました。何
だか自分も「やれるかも
…！」と元気をもらいまし
た。ウォーキングをやっ
てみることにしました。

3カ月の孫が来る日

宮崎市の組合員さん
(70代)

暑い日が続いていますね。
わが家の電気料金が気にな
ります。夫婦2人の時は風
通しがよく涼しいので、夕
方になってからエアコンを
使います。でも、3カ月の
孫が来る日は朝からエア
コンかけっぱなしです。孫の
笑顔を見ると電気代どう
こうのとは言っていられな
いほどかわいい、そんなじ
いじとばあばです。

楽しみ

高鍋町の組合員さん
(60代)

6年生の孫にとうとう背
をぬかれてしまいました。
ばあばは少しずつ縮んでい
き、孫はぐんぐん大きくな
っていくでしょう。楽し
みです。

ハグハグのご褒美

宮崎市の組合員さん
(40代)

少しずつ暑さも緩和され
ているような…でも残暑厳
しい中いつも共同購入の配
達ありがとうございます。
商品を玄関から冷蔵庫へ小
2の息子が運んでくれるよ
うになり、成長を感じます
こうやって大きくなるんだ
な…。優しい息子にハグハ
グのご褒美をあげました。



満足げな孫

宮崎市の組合員さん
(70代)

孫のお稽古ごとの帰りに
いつもコープに寄り1つだ
けほしいものを孫に選ん
でもらいます。レジが空いて
いるところにまわり、支払
いをさせるようにしていま
す。その時に大人と同じよ
うに丁寧に接客していただ
き、とても感謝しています。
支払いに手間取ることもあ
り恐縮しますが、にこにこ
と優しい言葉かけをしてい
ただき感謝しています。6
歳で少しずついろいろなこ
とを覚えていきます。「あ
のおばちゃん、やさしい
ね！」と顔を合わせ満足げ
な孫です。

わが家の 節約方法



ポイ活

志布志市 M・Sさん(50代)
ポイントを集める「ポイ活」
です。いくつかあったカードも
数を絞って1つにまとめてカ
ード払いにしています。公共料金
も全てまとめると家計簿代
わりになっていいですよ。



本当に必要か考えて買う

宮崎市 N・Nさん(50代)
本当に必要かどうか考えて買
い物をします。安いからとい
つて特に気にいったわけでもない
ものは買わないこと。若い時は
難しかったけど、物欲が減った
今はできていると思います。

自家製冷凍野菜

宮崎市 K・Sさん(50代)
している方も多いと思います
が自家製冷凍野菜です。調理に
使った野菜(キャベツ・ナス・
玉ねぎ・きのご類)の端や芯・
ヘタの周りなどを少し小さめに
カットしてジッパー袋へ入れて
冷凍。活躍するのは味噌汁始め
色々な汁物です。ベースを作
った後パラッと入れるだけで、栄
養満点で無駄にもなりません。
平たくして冷凍しておくバラ
バラになるので使う時に便利で
すよ。



『宮崎の秋のおいしい新米』のご案内

今年もおいしい新米をご準備させていただきました。今回
ご案内の商品は、えびの産・小林産の『秋のおいしい新米』
です。



地元宮崎の土地で育ったおいしい新米をぜひご賞味いただき、
新米ならではの香り・ツヤ・粘りをご堪能ください。合わせて
今年もおいしいお米が食べられることに感謝しながら、お召し上がりいただければ幸い
です。ご自宅へ、お世話になったあの方へ贈りませんか？

季節の便利

長いこと生きてきて、いろいろなお米を食べてきましたが、
これが一番おいしいです。こういうお米に出会えてうれしい
です。

(「えびの産ひのひかり」をご利用された宮崎市の組合員さん)



注文期間：10月7日(月曜)～10月27日(日曜)まで

◆今回のご案内商品

えびの産ひのひかり	5kg	税込 5,184円(送料込)
えびの産ひのひかり	10kg	税込 9,720円(送料込)
無洗米小林産ひのひかり	5kg	税込 5,184円(送料込)
無洗米小林産ひのひかり	10kg	税込 9,720円(送料込)



お届けは10月18日頃から受付順に発送いたします。
お届け日指定はできませんが、お届け時間帯の指定は可能です。

お問い合わせは、共同購入商品の品揃え・使い方交流部
電話 0985-20-2115 (月曜～金曜 9:00～17:50)



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

初めての方は、インターネット登録
をしてからのご利用となります。

残念でしたが、最後まで
何があるか分からないから
野球は面白いですね。
でもホークスが勝った時
には、試合後にも「勝利の空
へ」が流れるのに…。聴きた
かったな。

(ホ)50代



2024年度
環境測定

夏休みに調べてみました！「みやざきの環境」

宮崎県生活協同組合連合会(県内7つの生協で構成)が主催します「環境測定」に、
コープみやざきの組合員さん56人が参加され、28人から測定結果報告が届きました。

測定期間：7月12日から8月21日

空気

二酸化窒素の濃度を測定しました

二酸化窒素(NO₂)は代表的な大気汚染物質の一つで、車の排気ガスや工場の排煙などに多く含まれています。日本では大気汚染防止法により特定物質に指定されており、「1日平均が0.04～0.06ppmの間かそれ以下であること」という環境基準が決められています。

測定結果：県内平均値 0.0081ppm
【測定期間】7月24日～8月9日 【測定地点】宮崎県下47カ所

過去10年余りの測定結果

国の基準値

自分が住んでいる町がどれだけ空気がきれいなのか知りたい。

結果が分かるのが楽しみです。

Y・Tさん、N・Tさん

溝邊 こうろくさん

雨

酸性雨かどうかを測定しました

自然の雨はふつう、少し酸性のpH5.6くらいです。pHが5.6より小さい雨を「酸性雨」といい、5.0より小さい雨は酸性が強く、環境への影響も大きくなります。

測定結果：県内平均値 pH5.60
『19カ所(67.9%)が自然の雨という結果でした』
【測定期間】7月12日～8月12日 【測定地点】宮崎県下28カ所

過去の測定結果

酸性雨

宮崎と延岡の雨を調べました。宮崎市の雨は4.8だったけど、延岡の雨は5.4でした。なぜ差がこんなにあるのか不思議でした。

色が青っぽくなった。調べてみると弱酸性に値するようです。

N・Tさん

山里 風奈(ふうな)さん、実鈴(みすず)さん

河川

河川のおよれを測定しました

化学的酸素消費量(COD)という、水中の有機物(よごれ)を酸化・分解する時に使われた酸素の量を示しています。CODの値が大きくなるほど水中に含まれる有機物が多い＝よごれた水であることがわかります。

化学的酸素消費量(COD)の判定基準

0～2mg/ℓ きれいな水
2～5mg/ℓ 少しよごれている
5～10mg/ℓ よごれが多い
10mg/ℓ以上 よごれがひどい

過去の測定結果

きれい
少しよごれている
よごれが多い
よごれがひどい

新澤津 碧惟(あおい)さん

測定結果：きれいと判定できた場所は4カ所(12.9%)でした。
【測定期間】7月21日～8月14日
【測定地点】宮崎県下31カ所

水がとても澄んでいて、きれいな水に見えていたけれど、「よごれが多い」という結果でびっくりしました。

チューブの中の水の色の変わり方がすごかったです。

左から 溝邊 いずむさん、こうろくさん、みこのさん

Q&A

ホームページから、なんでもメッセージを投稿するにはどうするの？

①コープみやざきのホームページにあるオレンジ色の「お問合せ」のアイコンをクリックしてください。アイコンは端末サイズに応じて、右上または左下に表示されます。

②注意事項を確認後、「確認しました」をクリックしてください。

③「クイズ・クロスワード」をクリックしてください。必須項目とメッセージやクイズの答えを入力し、「送信」をクリックして投稿完了です。

※携帯メールでの投稿もできます。詳しくは右のコープクイズの応募方法をご覧ください。

コープクイズ

身近な環境を調査する「環境測定」で「空気」は□カ所で測定されました。
① 31 ② 28 ③ 47

●応募方法 しめきり 10月末日提出分まで

★回答用紙を切り取り、必要事項を記入して、地域責任者、またはお店のサービスカウンターでお渡しください。はがき(宛て先〒880-8530 コープみやざき にじのわコープクイズ係)、インターネット(<https://www.miyazaki.coop>)での応募も可。インターネットでは、お問い合わせ→クイズ・クロスワードへすすむか、右のQRコードからもすすめます。携帯メールでもご応募できます。

①お名前 ②組合員番号 ③電話番号
④クイズの答え ⑤希望賞品 ⑥なんでもメッセージを書き込んでください。写真付きでのおたよりもお待ちしています。

★なんでもメッセージには、「この商品、こんなふうに使っています」「私のちょっとした工夫」「生協の商品・サービスでのよかったこと、提案・要望・意見」、イラスト、「わが家の大掃除の工夫」などをお待ちしています。

★年代はこの登録の情報に基づいて掲載いたします。

★正解者の中から、抽選で200人に
A. コープみやざき商品券(500円)、
B. かんたん料理集④(735円)をさしあげます。当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

コープクイズ 2073号(8月分)の答え
☆答え…② 冷蔵
☆応募総数…724通 ☆正解者数…710通

10月にじのわ
コープクイズ
→機関運営部(10月末め)

♪なんでもメッセージ♪

クイズの答えを記入後に希望賞品を○で囲んでください

回答の方は○、
いない方は×を→()

市・町・村(受取場)
○で囲んでください。

(氏名) 様 (組合員番号)
様

(TEL) 受付者サイン

※メッセージを紙面等で紹介する場合があります。その場合写真や名前、年代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/年代不可)