

“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乘らなくなったら、「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。心なしか、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)

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)

店長便り



店長:長野 一
「食欲の秋!栗ご飯はいかが」

皆様こんにちは。店長の長野です。秋と言えば栗ご飯や炊き込みご飯が恋しくなりますね。一番人気は「ひじきごはんの具」ですが、栗ご飯の素やテレビで紹介された「ぎんびら風ごはんの素」もいいですね。具材をそのままお米に混ぜて炊くだけです。お手軽でいいですよ。おにぎりにして冷凍しておく、いつでも食べられます。朝の忙しい時にもいいですよ。どうぞお試しください。

さて少し早いですが、リニューアル工事に伴う店休日のご案内です。財光寺店は10月で12歳を迎えますが、リニューアルを行うことになりました。そのため、

<7月の「わが家の声カード」の受けとめ>

今回は財光寺店に対して、27件と多くの声をいただきました。忙しい中、ありがとうございます。「お気に入り」の声が20件で、「職員が明るく親切です」「刺身の魚種で迷っていたら、中身を入れ替えてくれました」「メロンが1個は多いと話したら、半分にしてくれました」など職員の対応が喜ばれています。商品でも「あん塩バターパンがおいしい」「青島いろいろがあって良かった」などと喜ばれています。

その他、「レジ付近の、手書きの絵やメッセージに癒されます」の声もありました。喜ばれていることは継続していきます。

一方で「もっとこうして」や「商品要望」は7件あり、「職員同士がおしゃべりしていて、どこに並んで良いか迷った」「レジ操作が不慣れで、値引きがされなかった」(返金対応済)などありました。申し訳ありませんでした。レジ・カウンター部門職員でご意見を確認し、レジの引き継ぎも含めて、組合員さんをお待たせしない、不快にさせないなど再認識し共有いたしました。要望商品のピーナツフランスは再開しました。

改善できるところはすぐに改善し、品揃えできるものはご要望に応えていきたいと思います。これからも、皆様の声をお待ちしています。

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



戸車の交換・網戸の張り替え・ガラスの割れなどでお困りの方も、お気軽にご相談ください。

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 東北営業所 (0982)33-6215

10月24(木)25日(金)の2日間、財光寺店は
お休みをいただきます。店内や駐車場も改装します。
ご不便をおかけいたしますが、何とぞご了承ください。
さらに組合員さんに役立てるお店に生まれ変わる予定ですので、どうぞお楽しみに!

<一緒に働く仲間を紹介します> 秋は美味しいものがたくさん



レジ・カウンター部門
の 矢野 美ささん

こんにちは。秋ですね。秋といえば幼稚園の頃飼っていた鈴虫を思い出します。専用餌だけでなく、母に野菜を切ってもらってあげていました。きゅうりが一番人気で、虫にも食の好みがあるんだあと、幼いながらに思っていました。

秋は、暑さでなくなっていた食欲が戻るのと同時に、美味しいものがあふれているので、好きな季節です。そして何より、過ごしやすいのが嬉しいですね。期間は短いです(泣)。

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

◆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。

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、職員に聴きながらすると、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・いさん(60代)

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、家の周りや近所で楽しんだ遊び(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すばらしいです。木々とした部屋で、大海原を望みながらの温泉も、気持ちが良かったです。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、本屋さんで近づく、どんな本を読んだら良いかわからないので、紹介してもらおうと助かります。(組合員さんの声です)

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
FAX(0985)28-0033
営業日:月~土 9:00~17:50

パソコン・携帯電話アドレス入力注
→http://www.miyazaki.coop/seikatu/index.html
パソコン・スマートフォンQR登録注文はこちら