

“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 274,003世帯
県内全世帯に対する加入率 57.7%
一人平均出資金額 18,823円 (11月17日現在)



12月
438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

メールで、おた
めを送るこ
とができます。



にじのわメールアドレス
niji@miyazaki.coop

気持ちは上昇中！

宮崎市の組合員さん
(70代)

家庭菜園で作ったさつま
いもの収穫をしました。ま
あ、それなりにできていま
すが、野ねずみさんもしつ
かり食べているようで、か
じられていたさつまいもを
見て笑いが出ました。生き
ていくためには仕方ない
ことかな。ほっこりとして
おいしいさつまいも、どん
な料理にしようかな。天ぶ
ら・がねに大学芋にと、気
持ちは上昇中です！

パエリアを作ろうと
わくわく

宮崎市 石山扶美子さん
(60代)

何カ月前にカタログで
注文して届いたサフランが、
やっと芽を出しました。ち
よんとかわいい芽です。
水も土もお日さまも不要な
不思議な球根です。きれいな
紫色の花が咲くのが楽し
みです。以前のように、赤
いめしべを乾燥させて、パ
エリアを作ろうとわくわく
しています。

最高の2日間

延岡市 武島彰子さん
(40代)

先日友達と、大分県九重
町にある「くじゅうエイド
ステーション」という国鉄
時代に活躍していた鉄道の
貨車を客室に改造して作っ
た、キャンプ場に行つて来
ました！鉄道マニアの私は
嬉しすぎて楽しすぎてずー
っとはしゃいでいました(笑)
自然も豊かで最高の2日間
でした！



作る楽しみ
食べる楽しみ

延岡市 M・Kさん
(60代)

今年のいろいろな値上
りはとても大変でした。わ
が家の小さな畑ではいろい
ろな野菜たちががんばって
くれました。きゅうり・な
す・ピーマン・ねぎ・里芋
などなど。野菜も値段が高
かったのが助かりました。
今は、大根・ブロッコリ
ー・水菜・わけぎの苗が少
しずつ成長しています。自
家菜園を作る楽しみ、食べ
る楽しみ、最高です。

パワーをもらって
元気になった

高原町 Y・Oさん
(60代)

11月8日・9日2日間、
福岡で還暦同窓会があり7
年ぶりに高校の同級生に会
いました。みんな若くて元
気、エネルギーをもらいま
した。大宰府に行つて梅ヶ
枝餅を食べました。ちよう
ど七五三や修学旅行などで
すごした観光客の数でした。
また3年後、今度は宮崎で
開かれるそうです。コロナ
禍以降いろいろな病気になる
り、体力的にとっても弱って
いましたので、今回どうし
ようかとギリギリまで迷っ
ていたのです。パワーをも
らって元気になりました。
参加して良かったです。

断捨離で身軽さを実感

日南市の組合員さん
(70代)

断捨離をしようと決めま
した。不要なものを断ち切
り、物への執着心をなくし
て身軽で快適な生活を送る
ために今しかないと思立
ち、始めました。気持ちが
軽くなり、何か抜けたよう
な感じがして本当に身軽さ
を実感しました。70歳をす
ぎて考えることが鈍くなり
ました。1日1日を幸せに!!



おいしくできました

小林市の組合員さん

りんごのおいしい季節で
すね。私はアップルパイが
大好きなんです。今まで
は買うことが多くて自分
で作ったのは2回くらいでし
た。お店でパイシートを見
つけ、アップルパイを作っ
てみました。おいしくでき
ました。息子たちにはカマ
ンベールチーズのパイを作
りました。はちみつをかけ
ると一段とおいしくすよ
です。

年末が楽しくなりそう

延岡市の組合員さん
(70代)

「わが家の大掃除の工
夫」を読んで、感心しまし
た。今年の大掃除はたくさ
んある古いタオルを利用し
ます。年末が楽しくなりそ
うです。

コープで買った材料が
役に立つ

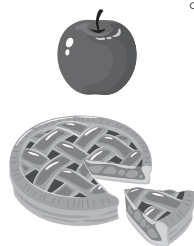
高原町 吉留久子さん
(70代)

朝晩が冷え込んでしまし
たね。やつと鍋の季節到来
です。わが家では「今日
の料理は何にしよう」と悩
んだ日の食卓は鍋料理です。
コープで買ったストック材
料が役に立ちます。

念願の
スノーピーミュージアム

宮崎市 E・Sさん
(30代)

念願のスノーピーミュージ
アムに行ってきました。
スノーピーの世界観を楽し
めるスポット、巨大なスノ



わが家の風邪予防

加湿器

宮崎市の組合員さん(50代)

わが家では梅雨以外は常に
加湿器を使います。乾燥を防
いでくれるので風邪予防に最
適なアイテムです。

野菜をたくさん食べる+ 味噌汁を朝晩

都城市の組合員さん(50代)

とにかく野菜をたくさん食
べることとお味噌汁を朝晩
欠かさず飲むことです。おか
げで風邪をひきにくくなり、
治りも早い気がします。受験
生がいるので、特に気を遣っ
ています。



手洗いうがい

宮崎市 N・Mさん(70代)

外出から帰ってきたら手洗
いうがいをちゃんとします。
人ごみに出かける時はマスク
もします。最近は何年も風邪
をひいていません。



うがい薬でうがい

延岡市 K・Oさん(60代)

風邪はのどの痛みからくる
ことが多いので、のどに違和
感があつたら、昔ながらのう
がい薬ですぐにうがいをする
ようにしています。私には結
構効果的です。

カタログを見る期間は1
週間あるので、ゆつくりと好
きな商品を選べます。(その
代わり夫の選んだものが知
らないうちに娘の好きなも
のに変更されていることが
多々ありました。)

年末の人混みの中、汗だ
くで買い物をして回らな
くてよくなりました。

今年もコープで孫たちが
お気に入りのお正月のオー
ドルを注文しました。おか
げで来年も賑やかで楽しい
お正月を迎えられそうです。

(60代)



注文したものを忘れてしまうので、今週何が届くか事前に確認する方法はありませんか？

あらかじめ、インターネットショッピングのご登録をいただければ、注文された翌週の月曜日から今週何が届くか確認することができます。
インターネットでの注文分だけでなく、注文用紙や電話・FAXなどで注文されたすべての商品を確認できます。



最初に、インターネットショッピングへの登録が必要です。

お届け商品の確認方法
(コープみやざきホームページより)



ネット注文



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

ご登録がまだの方はこちら



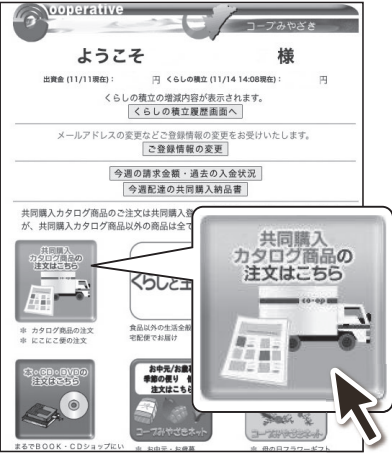
コープみやざきのインターネット注文が初めての方はこちら

ご登録済みの方はこちら

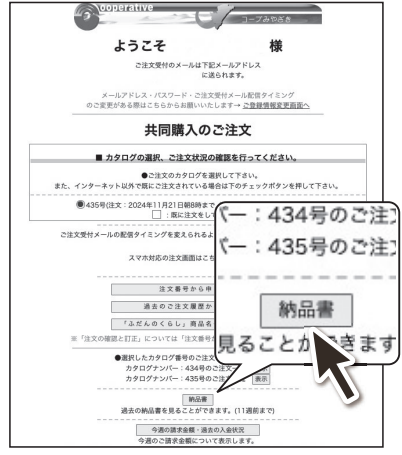


共同購入・他、インターネットショッピングのご注文はこちら

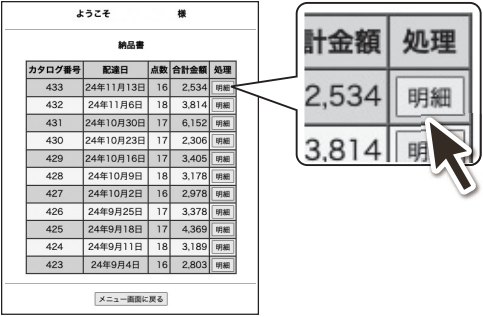
1 ログイン後、「共同購入 カタログ商品の注文はこちら」をクリックしてください。



2 「納品書」をクリックすると、過去の納品書を確認できます(11週間まで)。



3 ご覧になりたいお届け日の「明細」ボタンをクリックしてください。



4 お届け商品の明細画面が開きます。



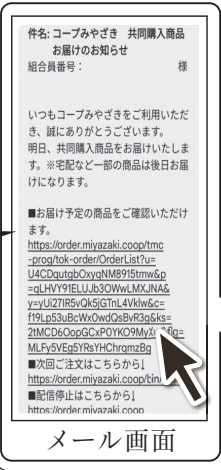
今週何が届くかを配達前日にお知らせする、**便利な 事前案内メール** も配信しています



「■お届け予定の商品をご確認いただけます」の下のURLをクリックすると、お届け商品の明細画面が開きます。
※このメールから、次週の注文画面へもお進みいただけます。



メール画面



ログインに必要なパスワードを忘れられた方、インターネットショッピング登録がうまくできなかった場合は、お気軽に下記までご連絡ください。
地域責任者支援課 電話 0985-20-2110 (月曜~金曜 9:00~18:00)

コープ共済の案内をしています。

インターネットショッピングに登録すると、注文した翌週 から、今週何が届くか確認できます。
① 火曜 ② 水曜 ③ 月曜

●応募方法 しめきり 12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、「2025年にやりたいこと」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 2081号(10月分)の答え
☆答え…③ 47
☆応募総数…806通 ☆正解者数…702通

12月にじのわ
コープクイズ
→機関運営部(12月末まで)
♪なんでもメッセージ♪

クイズの答えを記入後に
希望賞品を〇で囲んでください
A B
回答いる方は〇、
いらぬ方は×を→()

市・町・村 (受取場)
〇で囲んでください
(氏名) 様 (組合員番号)
(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。〇をお願いします。
(写真と名前可・名前可・イニシャルで可・名前不可/年代不可)