

**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>

宮崎市の組合員さん

にじのわメールアドレス  
niji@miyazaki.coop

都市 S・Nさん

(50代)

1歳になったばかりの孫がなんでも自分でやりたがり、「できない」と泣き、手を貸そうとすると怒って泣いています。にぎやかに過ごしています。2025年も元気に、孫に振り回されながら過ごしたいと思っています。

延岡市の組合員さん

20  
代

11月から家中のお片づけを平日だけ始めました。まだ引越して1年ですが、猫もいるのでいろいろとボロボロ：（笑）人生初の障子貼り替えやふすまの修理リメイクシートを使った柱の修理をして、少しは綺麗になりました。猫たちには「もうしないで」と言いたいですが、良い経験になりました。

パ  
パ  
ツ  
と

延岡市の組合員さん

(60代)

先日、息子夫婦が突然来  
ました。夕食を準備するの  
にコープのしじみや魚でパ  
パッと準備ができました。  
ほんとうに助かります。



過ぎさねば

宮崎市の組合員さん

(70代)

高校時代のクラス仲間と毎月食事をしておりますもう20年いや30年になるのかな。7人いた仲間が1人減り、2人減りして今は4名です。1年間連絡員をします。4名なのでオリンピックと一緒で4年に1回連絡員の順番が回ってきます今年は私が担当です。まだまだ元気に過ごさねばと思っております。がんばるぞう！



## 断捨離

日向市 N・Tさん(50代)

1年かけて家中をきれいにしたいと思います。beforeとafterの写真を撮っておきたいです。

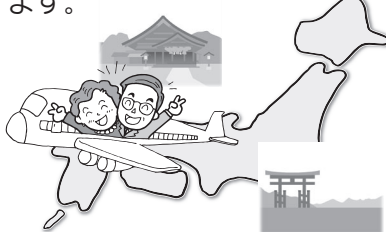


## ダイエット

宮崎市の組合員さん(60代)

長年取り組めていないダイエットです。食べることが好きで楽しみでもあるため、のびのびにしてきた案件ですが、健康診断の結果にも影響が出てきたため、さすがに本腰を入れなければなりません。

夫といろいろなところに旅行に行きたいです。2人とも63歳。夫が仕事をやめてから、と思っていましたが、先のことは分かりませんものね。今のうちに楽しみたいと思います。



NHKの番組「おかあさんといっしょ」の中に「だれにだってお誕生日」という歌があります。歌詞は

一年一回素敵な日

お誕生日

と続きます。この歌詞のように小さい頃から誕生日は一年の中で一番好きな日でしただ。おめでとうと言ってもらえるのが嬉しくて朝から夜までワクワクして過ごしたものでした。

小学生の頃は友達を招いての誕生会。招いたり招かれたりと、友達の誕生日まで楽しいイベントだったのを覚えていいます。

人から笑われそうですが、実は今でも誕生日はワクワクする大好きな日です。日付が変わった夜中に「お誕生日おめでとう」と自分に言い、そして空に向かって「おい、母さん、産んでくれてありがとう」を言います。さすがに子どもの頃ほどではありませんが、せんが、ワクワクする特別な1日が始まります。

家族や友人から、おめでとうのメッセージが届くのは嬉しいです。自分のことを覚えていてくれる、思っていてくれる、その心がつても嬉しいです。

そんな中でただ1つ自分からおめでとうの言葉をもたらに行くのが生協のお店。ハッピーバースデーの曲が流れるのをワクワクして待ち、笑顔でもらえる「おめでとうございます」が大好きです。

健康に気を付けて笑顔で過ごし、またワクワクの誕生日を迎えたいです。

⑪  
60  
代

**CO-OP**

住所や電話番号が変わる時は……生協の登録の変更手続きをお忘れなく。【連絡先】総務部 ☎ 0985(32)1234（月曜～金曜 9:00～17:50）



# 配達コースの見直しを行います 聴き取りのご協力を よろしくお願いします！

組合員さんが、より都合のよい時間に受け取りができるように、また、地域責任者（配達担当者）間の配達箇所の調整を行い、効率のよい配達コースを組むために、見直しを行います。

..... スケジュール .....

昨年末から今年2月にかけて地域責任者から、組合員さんへ配達の曜日・時間のご案内、ご要望の聴き取りをさせていただいています。

ご要望などございましたら、地域責任者へお気軽にお申し出ください。

**2月24日(月曜)から、**  
新しい配達曜日・時間でのお届けになります。

Q

私たちの都合のいい時間に合わせてくれるんですか？

A

地域責任者は組合員さんのご希望に沿うようにコースを組みますが、曜日・時間によってはご希望に添えない場合もございます。まずは、ご希望される配達曜日・時間を地域責任者へご相談ください。コースなどを見直して、できるだけご希望に沿うようにいたします。

Q

変更後の曜日・時間には仕事で在宅していませんので留守置きとなりますが、冷蔵品・冷凍品を頼んでも大丈夫ですか？

A

商品は冷蔵蓄冷剤、冷凍蓄冷剤が入った保冷箱に入れて、軒下や玄関先といったご指定の場所に置かせていただきますので、ご安心ください。お帰りの時間に合わせて蓄冷剤の数を調整をしますので、ご遠慮なく地域責任者へお申し付けください。

## 冷凍蓄冷剤とは…

マイナス40度で凍らせる特殊な黄色の蓄冷剤です。組合員さんからは「ドライアイスと違い、直接触ってもやけどの心配がなく安心!」と好評です(長時間触れ続けるのはお止めください)。

家庭用冷蔵庫では冷凍室の温度がマイナス20度ですので、凍りません。

回収して繰り返し使用しますので、返却のご協力をよろしくお願いします。

お問い合わせ先 地域責任者支援課 電話 0985-20-2110 (月曜~金曜 9:00~18:00)

## 第50回九州公演 日本フィル in Kyusyu 2025 宮崎公演

◆日 時／2025年2月14日(金曜)  
開場18:15 開演19:00

◆会 場／都城市総合文化ホール  
大ホール  
(都城市北原町1106-100)



♪E.エルガー:行進曲「威風堂々」第1番 作品39  
♪F.ショパン:ピアノ協奏曲第1番 ホ短調 作品11  
♪P.I.チャイコフスキー:交響曲第5番 ホ短調 作品64

|       | 価格(税込) | チケット                                                |
|-------|--------|-----------------------------------------------------|
| S 指定席 | 6,500円 | コープみやざきのお店で、申し込みはがきと座席表をお渡しします。申し込みはがきでのお申し込みとなります。 |
| A 指定席 | 6,000円 |                                                     |
| 学生S席  | 4,500円 |                                                     |
| 学生A席  | 4,000円 |                                                     |

※コープみやざきのお店(柳丸店・佐土原店・大塚店・赤江店・かおる坂店・花ヶ島店・本郷店・宮脇店・小林店・花繰店・都北店)、その他は都城市総合文化ホールチケットセンター、メディキット県民文化センター、西村楽器micc本店・都城店、平和堂楽器、宮崎山形屋プレイガイド、宮交インフォメーション、実行委員会事務局(下記)にて取り扱っております。

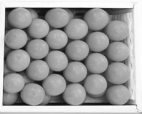
◆お問い合わせ／  
日本フィル九州公演宮崎実行委員会事務局 浦谷 蒲谷  
電話・FAX 0985-69-6353 携帯 090-6703-9818



旬の果物をご自宅へ、大切なあの方へ贈りませんか?  
ご注文はインターネットショッピングでのみ受け付けます。  
以前ご注文いただいた方へは専用注文書をお届けしています。  
インターネットでの注文が難しい方は下記までご連絡ください。

注文期間:1月13日(月曜)~2月2日(日曜)まで

●きんかん(たまたま)  
2L・1kg  
3,888円(送料込・税込)  
2月1日頃から受付順に発送



●日向夏(種が小さく少なめ)  
9~14玉で2.2kg  
4,860円(送料込・税込)  
2月6日頃から受付順に発送



●日向夏&きんかん(たまたま)セット  
日向夏6玉で1kg、きんかん2L・500g  
4,536円(送料込・税込)  
2月上旬から受付順に発送



●高岡文旦  
3L~2L・6~9玉で5kg  
5,400円(送料込・税込)  
2月10日頃から受付順に発送



●せとか 数量限定100セット  
4L~2L・8~12玉で3kg  
8,424円(送料込・税込)  
2月10日頃から受付順に発送



●不知火 数量限定50セット  
3L~2L・10~12玉で3kg  
6,480円(送料込・税込)  
1月23日頃から受付順に発送



毎年ご案内しています「空飛ぶ玉ねぎ」は  
作柄不良のため取り扱いができません。  
ご了承ください。

バランスがよくおいしい  
日向夏の白皮の甘みと実の酸味の  
バランスがよく、とてもおいしかった。  
(日向夏をお届けした千葉県の方より)

ご注文はコープみやざきホームページへ

<https://www.miyazaki.coop/>

お問い合わせ 商品本部 0985-20-2115(月曜~金曜 9:00~17:50)

初めての方は、インターネット  
のご登録が必要です。



## CO・OP共済ニュース

# 春から、進学や就職で新生活が始まるご家庭の みなさんをCO・OP共済が応援します



息子(高校生)が寮生活になるので、友人と自転車で行くことも多くなるだろうと思い、『たすけあい共済』に加入しました。掛金も安く、個人賠償責任保険も160円で付けられるので安心しています。

娘が大学を卒業して社会人になりましたが、『学生総合共済』から『新社会人コース』へ移り、引き続きお手頃な掛金で、しっかりとした保障が続くので安心しました。



「子どもが県外に進学(または就職)するけど、今入っている保障はどうなるの?」  
「子どもが住むアパートの大家さんから火災保険に入るように言われるけど、入った方がいいの?」

この時期によくあるお問い合わせです。現在お持ちの保障でカバーできる場合や新たに加入が必要な場合があります。安心できる保障を子どもさんに備えたいですね。保障のことなら、くらしの保障部にお気軽にご相談ください。



## 大学生協でCO・OP学生総合共済に加入されている 2025年3月卒業生の保護者のみなさまへ



大学の共済は本当に安くて充実しているけど、卒業したら何もなくなくなってしまうのが残念だな…。持病がある子、就職しても自分で保障に加入しない子もいるのに…。



大学・専門学校在学中にご加入されていた『CO・OP学生総合共済』は、卒業後、新社会人コース(CO・OP学生総合共済からの更新・更改専用コース)に移ることができます。30歳まで掛金はそのまま、ほぼ同様の保障内容を備えられます。

\*現在、CO・OP学生総合共済をご契約の方で、2025年3月に卒業予定のみなさまへは、昨年12月中旬に送付された満期のお知らせの中でも、新社会人コースの案内をしております。そちらでもご確認ください。

【お問い合わせ先】 コープみやざき くらしの保障部  
電話 0985-29-3700 (月曜~土曜 9:00~17:50)