


“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>

おたより

好きなお菓子500円分

去年の年末に娘と姪っ子2人を連れて浜町店に行き、コープの500円商品券をひとり一枚ずつ渡して、「好きなお菓子を500円分買っていいよ!」と選ばせました。子どもたちはスマホの電卓機能を使いながら、真剣に選んでいました。レジでは500円をオーバーして、お菓子がたくさん入った袋が、皆楽しかったようなので、良かったです。(^^)

高千穂町の興相美夏子さん(40代)

はやくう～たべた～い!

もうすぐ4月分の末っ子。いよいよ離乳食が始まります。お兄ちゃんたちの食事中によだれをたらしているの、たくさん食べてくれそうで楽しみです。離乳食はコープさんの骨抜き魚を活用させていただきます(^^)。

小林市のY・Aさん(30代)



写真は子どもさん。左から蒼真(そうま)くん7歳、燈弥(とうや)くん現在6カ月、菜白(ましろ)ちゃん4歳

サンドイッチ作りの思い出

サンドイッチを子どもたちと一緒に楽しく、ワイワイ言いながら作った頃が懐かしいです。玉子サンドが好きな子は、いっぱい入れ過ぎて食べる時に苦戦したり、きゅうりが苦手な子は自分の分にはきゅうりなしをいっぱい作ったり。家族のコミュニケーションに役立つサンドイッチ作り、またやりたいなあ!今度は孫とできるといいなあ!

宮崎市の組合員さん(60代)

ハロー!コープ

2025年 3月号 No.351

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)

サンドイッチの手作り具材

もももみした玉子サンド

ゆで玉子の皮をむいて、ナイロン袋に入れて手もみして卵を崩していけば、簡単にできます。ある人がやっていたのを見て、なるほど!手も汚れないし便利だ!と思いました。

都城市のM・Sさん(60代)

スクランブルエッグ

とっても簡単にできるのは、レンジでスクランブルエッグです。器に卵を入れてかき混ぜ、30秒レンジで温める。取り出してもう一度かき混ぜて、さらに30秒加熱。取り出してマヨネーズを加えて混ぜてから、パンにはさめます。ゆで玉子より手間がかりません。

宮崎市のN・Sさん(50代)

焼き肉用の肉でカツサンド

子どもたちが小さい頃は、作りやすさと食べやすさで、カツサンドを作っていました。焼き肉用の肉で作る、カツ・千切りキャベツ・マヨネーズ・トンカツソースをかけます。カツサンドは食パンのイメージですが、小さい子にはやっぱりサンドイッチ用パンが良かったようです。懐かしく思い出したら、かわいかった頃が思い浮かび、ウルウルしてしまいました(>.<)。

宮崎市の組合員さん(50代)

ツナマヨカレー

キャベツの千切りをツナ缶を開けて入れ、マヨネーズで和えて、さらにカレー粉を加えて和えます。食パンに挟んでもロールパンに挟んでもおいしいです。

宮崎市のK・Mさん(50代)

カリカリちりめん+チーズ

ちりめんをフライパンで焼いてカリカリにして、その上にとろけるチーズを乗せ、とろけたらパンに挟みます。青じそがある時は細く切って入れてもおいしいです。

延岡市の加茂美代さん

ポテトサラダ

私の大好きなサンドイッチ具材は、ポテトサラダです。材料の野菜は、じゃが芋、人参、きゅうり、玉ねぎ等、普通のもので、お酢とレモン汁を加えること、ホワイトペッパーとブラックペッパーを使うことが、私好みの味にすることです。

宮崎市のO・Rさん(50代)

チキン南蛮サンド

おすすめは、チキン南蛮サンドです。タルタルソースをゆで玉子たっぷりすることで、よりおいしくなります。きゅうりを一緒に挟んでもGOOD!です。8枚切のパンで作るのがおいしいです。

宮崎市のY・Mさん(40代)

※ご本人のイラストです。

流行りのフルーツサンド

バナナを食べ切れず、どうしようかなと思った時、フルーツサンドを作りました。生クリームにクリームチーズを混ぜパンに塗り、具材を挟み、ブルーベリーやいちごジャムを少し乗せます。おいしくて、あつという間にペロリです。

宮崎市のN・Kさん(50代)

2026年度 コープみやざき

総合職職員採用説明会・試験のご案内

～組合員さんからの「ありがとう」がいっぱい寄せられる組織で働いてみませんか～

2026年度採用の総合職(月給職)職員を募集するにあたり、説明会と一次試験を4月5日に行います。2回目は5月10日を予定しております。

【1回目】
日時：4月5日(土)
説明会 10:00～12:00
座談会 12:00～13:00
一次試験 13:00～14:30
会場：KITEビル8階 小会議室2 (宮崎市錦町1番10号)

舌元美智会長や実際に働いている職員の話が聞けます!昼食は準備します。

地域責任者

共同購入の配達やお店をはじめ、旅行や住宅、共済などのお仕事や、商品開発、仕入、情報システム、物流、総務、経理などさまざまな仕事があります。

採用対象：2026年3月 大学・短大・専門学校卒業見込みの方、および、一般求職者となります。※既卒者については高卒も可。

採用人数：7名前後

※最初の配属は①共同購入 ②店舗 ③システムに関わる部署(ただし最初の2～3年は①または②に配属)になります。

一次試験申し込み：コープみやざきホームページで案内している所定の履歴書を、1回目は3月28日(金)必着、2回目は5月2日(金)必着で、総務部へお送りください。間に合わない場合は、総務部へお電話ください。

お申し込み先：コープみやざき 総務部 〒880-8530 宮崎市瀬頭2丁目10-26
電話 (0985)32-1234 (営業時間は平日の9:00～17:50です)
※二次試験(グループワーク・面接)は、別日に行う予定です。詳しくは、コープみやざきホームページの、求人案内をご覧ください。

生協いきいき健康ウォークin 日向

春の一日、ご家族や友人の皆さんと一緒にウォーキングを楽しみましょう!

日時：4月19日(土) 受付 9:30～午前10時～午後1時(ゴール到着解散)

雨天の場合は中止になります。※ゴール後は自由解散

参加費：無料

集合場所：日向市幸臨地区 日向サンパーク公園ウォーキングコース

①美々津・街並みコース (7km)
②権現崎公園コース (5km)
③サンパーク公園周遊コース (2km)

お申し込み：各店のサービスカウンターにお申し出ください。または、下記にお電話ください。QRコードからの申し込みもできます。

募集人数：150人

お申し込み締め切り日：4月11日(金)
※ただし定員になり次第締め切らせていただきます。

お問い合わせ先：機関運営部 0985-32-1234 (平日9:00～17:50 土・日 休み)



5km・7kmのコース

スマートフォンから申し込みができます。こちらを読み込んでください。

一年中 承っています

布団丸洗い・再生

◆押し入れにしまう前にキレイにしませんか

便利なシステムだと思いました

10年近く使っている羽毛布団の丸洗いをお願いしました。初めての利用でしたが便利なシステムだと思いました。布団もきちんと梱包されていて、「消毒した手で梱包しました」の表示に好感を持ちました。臭いもなくふんわりと軽くなっているのずっと寝心地が良いです。

(丸洗いを利用された都城市の組合員さんより)

■丸洗い(種類・サイズは問いません)

1枚・・・7,095円
2枚・・・10,890円
3枚・・・16,170円
4枚・・・19,140円 (いずれも税込)

※羽毛布団3枚限定 13,200円

■丸洗い・再生

羽毛布団・・・23,980円～
わた布団(掛)・・・13,530円～
わた布団(敷)・・・13,750円～ (いずれも税込)

お申し込み・お問い合わせは 生活サービスセンター 電話 0985-29-5800 (営業 月曜～土曜 9:00～17:50)



店長：今井 健二
「お花見、楽しみましょう」

店長便り

皆様こんにちは。店長のいまい です。本郷店に赴任して2カ月が経ちましたが、アツと言う間だったように思います。分からないことは周りの職員に聴きながら、何とか一日一日過ぎていきます。組合員さんからも声をかけていただき、感謝です。これからがんばっていきます。よろしくお願いします。

気温も高くなり、春らしくなってきましたね。娘たちが小さい頃の花見は、西都原によく行っていました。西都原は桜のピンクと葉の花の黄色と一緒に見るのができて、綺麗ですよ。出店もたくさんあって、食べることも楽しみの一つでした。孫が3月で1歳になったので、今度は孫と行きたいと思っています。もう少し大きくなったら、出店でたくさん買ってしまうと思います(笑)。皆様も楽しいお花見にしてくださいね。

ご希望のお魚惣菜を教えてください

こんにちは。水産部門マネージャーの合原翔太(こうばるしょうた)と申します。野尻町出身の26歳です。水産部門では、お魚惣菜をご案内しています。先日、「この前食べたアジフライが、おいしかったです」と嬉しい声をいただきました。ありがとうございます。

教えていただいた時に品揃えができておらず、申し訳なく思いました。他にもそれぞれの組合員さんで、お気に入りの商品があると思いますので、ご希望のお惣菜を職員に教えてください。可能な限り品揃えしていきたいと思っています。よろしくお願いします。

<3/29・30・31のお楽しみ市のご案内>

今回のお楽しみ市は、『一年間のご利用・応援へ感謝!ありがとう1割引企画』です。2024年度にお店をご利用いただいた組合員の皆様へ、感謝の気持ちを表す3日間となります。一部、たばこや切手等、対象外商品もございますが、コープ商品も含め、ほとんどの商品が1割引となります。この機会ぜひお知り合いの方も誘ってください。皆様のご来店を、職員一同お待ちしております。

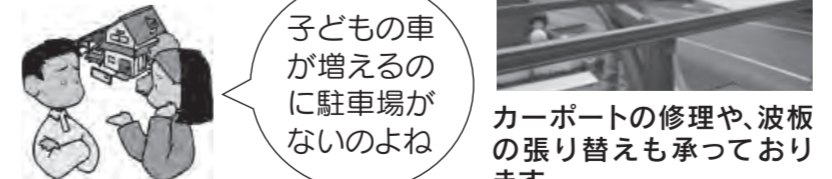
駐車場の困りごとにもご相談ください!

以前、車を家から出す時に、見えづらくて怖い思いをしたことがあったのですが、間口を広げてミラーを付けていただいてからはよく見えるようになりました。本当にありがとうございました。

延岡市の組合員さんより

春の新生活・台風や大雨への備えは万全ですか?

駐車場を広げたい・カーポートを取り付けたいなど、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 県北営業所 (0982)33-6215

<組合員さんからのご要望で品揃えを始めました>

『よくするカード&よかったよカード』の声を紹介します。
「ヘルシー豆乳デザート 黒みつソース付を取り扱って欲しい。以前、共同購入で注文して食べたおいしかったので、店でも購入できればと探したのですが、佐土原店にしかなく、遠くてなかなか行けないので、よろしく願います」との声をいただき、早速、豆腐コーナーの上の棚に品揃えをするようにしました。

今まで佐土原店まで買いに行っていたとことで、申し訳なかったと思います。品揃えをしてから、声を出された組合員さんにお礼を言われ、嬉しかったです。ありがとうございました。これからも、ご希望、ご要望があれば可能な限り実現できるように努力していきます。お気軽にお声がけください。

知っててお得!知ってて便利!

荷物を送るなら『店舗にここに便』が便利!

当日お店で購入した商品を、そのままサービスカウンターから宅急便で送ると、お安い料金(送料)でご利用できます。ご自宅からの持ち込みの品物は、箱の容量の半分までOKです。

米、野菜、衣類など、持ち込みは箱の半分までOKです!

先日、大阪の娘に荷物を送る時に利用しました。通常より安い料金で送ることができて、また移動もせずに生協さんより送れたので、大変助かりました。

宮崎市のK・Uさん(50代)

兄に荷物を送る時に、使わせてもらっています。コープの商品(宮崎牛のカレー、辛麺など)が大変喜んでくれます。料金が安いので助かっています。

宮崎市のK・Nさん(40代)

◆店に準備しているダンボールの空き箱は、自由にご利用ください。
◆冷蔵・冷凍の場合は、別途クール料金がかかります。
◆送り状の「印字サービス」もできます。
◆共同購入の「ここに便」とは、料金(送料)が異なります。詳しくは、サービスカウンター職員におたずねください。

クイズ

◆荷物を送るなら『店舗にここに便』がとっても便利。その日にお店で買った商品を、そのままサービスカウンターから送れます。に入れるのはどれでしょう?
② わくわく ④ にここに ⑥ お楽しみ

◆「身近なくらしの話題」、「ランドセルへの想い・思い出」、「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店名、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コードからすすめます。コープみやざき へすすんでください。

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 ⑥ご利用店舗を選択し入力してください。

■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。

■1月(No.349)ハロー!コープクイズの答 ⑥ 焼きカツ丼
応募総数 1,319通 正解者数 1,255通

本郷店のお知らせ

営業時間 10:00～20:00
TEL0985-55-2550

本郷店お楽しみ市

3/29(土)・30(日)・31(月)

4月のカレンダー

3/29(土)	お楽しみ市 ありがとう 1割引企画
30(日)	
31(月)	
4/1(火)	
2(水)	
3(木)	いんげん豆の日
4(金)	あんぱん・どらやきの日
5(土)	
6(日)	
7(月)	
8(火)	
9(水)	保障相談日
10(木)	とまとの日
11(金)	
12(土)	
13(日)	
14(月)	
15(火)	
16(水)	
17(木)	なすびの日
18(金)	よい葉の日
19(土)	
20(日)	もずくの日
21(月)	
22(火)	
23(水)	しじみの日
24(木)	
25(金)	
26(土)	
27(日)	お楽しみ市
28(月)	
29(火)	昭和の日・ナポリタンの日
30(水)	

※催事についてはお取引先の都合で日程が変わる場合もあります。あらかじめご了承ください。実施についてはお店にお問い合わせください。