高鍋店版

“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

ハロー!コープ

2025年 3月号 No.351

ーみなさまへのお約束！ー

○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)

★お楽しみ抽選券は、見開きの左肩にあります。

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円をオーバーしていて、「あれっ？」と言うこともありましたが、皆楽しかったようなので、〝良し〟とします。

子どもさんの理子(りこ)さん(4年生)

高千穂町の興梠美夏子さん(40代)

はやくぅ～たべた～い!

もうすぐ5カ月の末っ子。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で、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、茉白(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、またやりたいなぁ!今度は孫とできると良いなぁ!

宮崎市の組合員さん(60代)

サンドイッチの手作り具材

もみ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、パンにはさみます。ゆで玉子より手間がかかりません。

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。焼き肉用の肉で作り、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)

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

ツナマヨカレー

キャベツの千切りに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)

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、普通のものですが、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だわりです。

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にすることで、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。

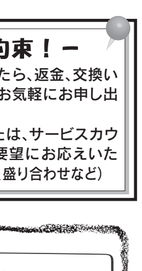
宮崎市のY・Mさん(40代)

※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、あっと言う間にペロリです。

宮崎市のN・Kさん(50代)



店長便り

店長：池田 直隆(いけだ なおたか)
「温泉に行ってきました！」

皆様こんにちは。店長の池田です。桜は今が一番の見頃だと思います。若い頃は友だちとよく花見をしに宮崎市の天神山や文化公園、佐土原の久峰公園などに行き、花見と言う名の「飲み会」をしていました。以前は自宅の庭にも桜の木があり、花を眺めながらお酒を飲むのが楽しみでしたが、その桜も大きくなり過ぎて危なくなったので切ってしまい、今はありません。桜がなくなった当初は春が寂しい気持ちになっていましたが、その分、娘の成長を楽しんだり部活の送り迎えが忙しくなったりで、桜の花見どころではなくなっていたなぁ、と当時を思い出します。皆様は春になると、どんな景色を思い出されますか。

話は変わりますが、先日妻と2人で箙切露天風呂を予約して、青島のサンクマールに行ってきました。柵はあるのですが小窓があり、鬼の洗濯岩や海がお風呂に入りながら一望でき、とっても満喫できました。これからも時間を見つけて、いろいろな場所に行ってみたいと思います。また、先月は娘が正看護師の試験を福岡で受けました。前日には太宰府天満宮に仲間と行って、合格祈願をしたそうです。3年間がんばっている姿を見てきたので、親としてはぜひ合格して欲しいと思います。皆様に良い報告ができれば嬉しいです。

＜組合員さんのご要望で品揃えしました＞

組合員さんの声を紹介いたします。**「節分の時のお菓子で品揃えしていた、コーヒーチョコ玉はありますか？食べたらおいしかったので、ぜひいつでも買えるように品揃えしてほしい」**との要望でした。節分の日だけの企画商品でしたが、商品部に問い合わせをしたところ品揃えが可能でしたので、早速5番通路にてご案内しております。

お困りごとや、「この商品を品揃えして欲しい」などのご要望などございましたら、お気軽に近くの職員までお声がけくださいませ。

コーヒーチョコ玉 115g
298円(税込322円)

＜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。この機会にぜひお知り合いの方もお誘いください。皆様のご来店を、職員一同お待ちしております。

＜一緒に働く新しい仲間を紹介します＞

フロア部門
篠塚(しのつか) 里佳(りか)さん

こんにちは、フロア部門の篠塚里佳（しのつかりか）です。生まれも育ちも門川町です。縁あって高鍋町に越して来ました。何もかもが初めてのことですが、一生懸命仕事を覚えながら、楽しく働きたいと思っています。趣味は、日帰り旅行です。よろしくお願いします。

ベーカリー部門
伊東(いとう) 由佳(ゆか)さん

こんにちは。1月からベーカリー部門に入りました、伊東由佳（いとうゆか）です。漫画やアニメが好きで、休日は家でずっとゴロゴロしています。ベーカリーは初めてなので、覚えることがたくさんありますが、組合員さんに「これをまた買いに来た！」と嬉しそうに声をかけていただき、とても笑顔になれました。精一杯がんばります。よろしくお願いします。

知ってててお得!知ってて便利!
荷物を送るなら「店舗にこにこ便」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。

※当日購入の商品でも、一旦自宅に持ち帰られた商品は、持ち込み扱いとなります。

○お持ち込みの荷物が箱の半分を超える場合は、「持込運賃」となります。

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）を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・K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「にこにこ便」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。

高鍋店からのお知らせ

営業時間 10:00～20:00
TEL0983-26-1300

高鍋店お楽しみ市
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	豚足(コラーゲンハウス)
30(日)		唐揚げ(とり圏)
31(月)		炭火焼、焼き芋(俺のやきとり焼き芋)
4/1(火)		
2(水)		しそ巻き・ところてん(まる中食品)
3(木)	いんげん豆の日	焼鳥(電鳥)
4(金)	あんぱん・どらやきの日	保障相談日
5(土)		豚足(コラーゲンハウス)／炭火焼、焼き芋(俺のやきとり焼き芋)
6(日)		唐揚げ(とり圏)
7(月)		
8(火)		焼鳥(電鳥)
9(水)		炭火焼、焼き芋(俺のやきとり焼き芋)
10(木)	とまとの日	すり身の天ぷら(イルカ(天ぷら))
11(金)		
12(土)		豚足(コラーゲンハウス)
13(日)		唐揚げ(とり圏)
14(月)		地鶏(一心農園)
15(火)		茶(色紙茶舗)
16(水)		炭火焼、焼き芋(俺のやきとり焼き芋)
17(木)	なすびの日	クッキー、小物(しろはと工房)
18(金)	よい菓の日	
19(土)	保障相談日	豚足(コラーゲンハウス)
20(日)	もずくの日	唐揚げ(とり圏)
21(月)		茶(色紙茶舗)
22(火)		地場産品(椎葉商事)
23(水)	しじみの日	
24(木)		焼鳥(電鳥)
25(金)		炭火焼、焼き芋(俺のやきとり焼き芋)
26(土)	お楽しみ市	豚足(コラーゲンハウス)
27(日)		唐揚げ(とり圏)
28(月)		
29(火)	昭和の日・ナポリタンの日	焼鳥(電鳥)
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。

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。

地域責任者

【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：KITENビル8階 小会議室2
(宮崎市錦町1番10号)

吉元美智会長や実際に働いている職員の話が聞けますよ！昼食は準備します。

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(ゴール到着後解散)
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：日向市幸脇地区　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も申し込みできます。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 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できっと寝心地が良いでしょう。

(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

防ダニ加工無料サービス中

■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)

駐車場のお困りごともご相談ください！

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、安心して道路に出ることができ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。

カーポートの修理や、波板の張り替えも承っております。

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

赤ちゃん石けんプレゼント ～出産された組合員さんご本人に、赤ちゃん石けんをさしあげます。お申し込みは、サービスカウンターまで!

クイズ

◆荷物を送るなら『店舗＿＿＿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。＿＿＿に入るのはどれでしょう?
㋐ わくわく　㋑ にこにこ　㋒ 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コードからもすすめます。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　◎ 焼きカツ丼
応募総数 1,319通　正解者数 1,255通

キリトリセン

ハロー!コープ No.351 クイズの答
2025.3月号
(4月15日〆切り)
→店舗支援部行

〈何でもメッセージ〉　回答（●いる ●いらない）

(氏名)　(組合員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）