

“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 4月号 No.352

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)

おたより

店休日のできごと

2月に宮脇店も店休日がありました。店の前を通ったら明かりが点いていて、店員さんたちがレジの周りで何かしていました。新人さんの研修なのかな、と思うことでした。営業が休みの日にも働く人がいるのだなと思いました。
宮崎市のM・Yさん(70代)

料理のアドバイス

毎回楽しく拝読しています。後期高齢者のひとり暮らしの男性です。コープのお店に買い物に行くと、女性の職員の皆さんから料理のアドバイスをいただきます。大変助かります。ありがとうございます。
延岡市のN・Kさん(70代)

幸せいっぱい

2歳の長男の日南太(ひなた)が、どんどん「ことば」を覚えておしゃべりをして、みんなをびっくりさせます。毎日笑顔になり、私たち家族を癒してくれます。今年もいっぱい幸せをありがとう！
宮崎市の山崎友香さん(30代)



子どもさんの日南太(ひなた)くん 2歳6カ月

卵と炒める

トマト(大)1個は皮をむいて、くし形に切っておきます。フライパンで卵をふんわりと炒めて取り出します。次にトマトをオリーブオイルで炒めます。炒めた玉子に戻して、塩コショウしてでき上がり。簡単です。



延岡市のS・Nさん(70代)

ベーコンで巻いて

温トマトにハマっています。No.1はプチトマトにベーコンを巻いて焼くだけ。トマトが小さければ、巻いたベーコンを留めるように串に何個か刺して、中くらいなら妻楊枝で留めるとか。料理と言うよりおつまみです。トマトは味噌汁に、卵とじに、おでんに、また1個丸ごと焼いてもOK。あったかトマトに幸せを感じるこの頃です。

木城町のK・Kさん(60代)

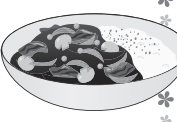
麺つゆに漬ける

ミニトマトを湯むきして、市販の麺つゆ(ストレートタイプ)に漬けて食べています。

都城市のJ・Kさん(50代)

水なしで作るカレー

トマトをたくさんもらった時は、皮を湯むきしてザクザクに切り、ナスと玉ねぎも適当な大きさに切り、一緒にグツグツ煮て水を入れずにカレーを作ります。ちょっとハヤシみたいな味になり、鶏肉を入れるとてもヘルシーなカレーができます。



延岡市のK・Kさん(60代)

白和えに

白和えにトマトを小さく切って入れると、色合いがすごくきれいです。



都城市の米丸順子さん(60代)

クリームチーズサラダ

わが家ではトマトとクリームチーズを和えて、塩コショウ、レモン汁、オリーブオイルを入れて混ぜ合わせたサラダが人気です。手軽に作れておいしいです。



宮崎市のY・Sさん(50代)

ピザ風とおやき風

フライドポテトを耐熱容器に広げ、切ったトマト、ベーコンやハムなどを乗せ、それにトマトソース(またはピザソース)をかけ、チーズを乗せてオーブントースターで焼きます。とってもおいしいです♡。もう一つはつぶしたトマト+つぶした豆腐+ツナ+片栗粉を混ぜ混ぜし、フライパンに平たく延ばして、火加減を見ながら、両面をしっかりと焼きます。ぽん酢で食べるとお酒のつまみにGOOD!

宮崎市のY・Eさん(30代)

トマトを使った料理



簡単トマトリゾット

ミニトマト2〜3個を各1/4にカット。「CO・OP真っ赤なトマトのスープ」1個、とろけるスライスチーズ2枚、ご飯1杯、水150〜200cc。全部お鍋に入れて、沸騰したら弱火にしてチーズが溶けたら食べ頃です。調味なしでおいしいです。

宮崎市のK・Iさん(60代)



◎真っ赤な
トマトのスープ
5食入 378円
(税込409円)

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、一次試験を5月10日に行います。2回目は6月7日を予定しております。

【1回目】
日時：5月10日(土)
一次試験 9:00～12:00
会場：コープみやざき本部
(宮崎市瀬頭2丁目10番26号)
地域責任者

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可。
採用人数：7名前後
※最初の配属部署は①共同購入 ②店舗 ③システムに関わる部署となりますが、初めの2〜3年は、①または②に配属となります。
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5月2日(金)必着、2回目は5月30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。

2025.5.11 Mother's Day Special Gift

たくさんの「ありがとう」を
素敵なお花に込めて!

母の日 フラワーギフト

「鉢物」「カーネーションとお菓子のセット」なども取り扱っています。(価格は送料込みです)



あじさい「クレイジーテンジヤ」
5,720円(税込 送料込)
↑この商品のお申し込みは4月28日(月)まで。

フラワーギフトのパンフレットは、店舗サービスカウンターでも常備していますので、お申し付けください。

◆「母の日フラワー」は、インターネットでもご注文できます。

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



Instagram 始めました!

毎週水曜日に商品についての情報、毎週水曜日にイベントやぐらしに役立つ情報を発信しています!「こんな情報が知りたいな!」「こんな裏側を見てみたいな!」などありましたら、お気軽にコメントをお寄せください!ぜひ下記二次元コードからご覧くださいね♪



お問い合わせは、機関運営部まで
電話 0985-32-1234



ひがしたかや
店長・東孝也
「金シャチを育てています」



「エケベリア」

店長便り

皆様こんにちは。店長のひがしです。百貨のお店で購入したことがきっかけで集め始めた多肉植物。葉っぱなのに花びらのように葉が重なり、寒くなると紅葉して色づく「エケベリア」という種の多肉食物の可愛さのとりこになり6年。途中、西部アメリカやメキシコ、マダガスカルなどの様々な品種の植物に興味を持ち、少しずつ集めています。ただ、多肉植物はとげのあるものが多く危険です。写真は百貨で購入した金シャチというサボテンですが、ほんの数年でこの大きさに成長。トゲを恐れながら、やっとのことで植え替えました。毎週土曜日にお届けしているCO・OP LINE

＜一緒に働く仲間を紹介します～よろしくお願ひします＞



農産部門マネージャー
はななか きぬこ
花元 絹子 さん

こんにちは。赤江店がオープンした当初より28年間仕事をさせていただいています。私の楽しみは2〜3か月に1回、熊本の御船にある大型店舗に行って買い物をする事で、ストレス発散になっています。健康のために一年前から、自宅で豆乳を作っています。イソフラボンがたくさん摂れて体にもいいので、作り立てをホットで飲んでます。少量目や調理見本等、組合員さんのお役に立てるよう、がんばりたいと思っています。何かお困りのことがありましたら、お気軽にお声かけください。

＜ブロック総会に参加してみませんか＞

ブロック総会の目的は、6月に行われる総代会に先立ち、県内10ブロック(11会場)ごとに議案の審議や、組合員さんのご意見を聴き取る場です。宮崎南ブロック総会は5月22日(木)午前10時開会で、「宮崎観光ホテル」様で予定しています。組合員さんならどなたでも参加できます。交通費の支給、お持ち帰りできる弁当や、託児所もご準備します。お申し込みの締め切りは、5月9日(金)です。お申し込み・お問い合わせは、店長またはサービスカウンターへお尋ねください。皆様のご参加をお待ちしております。



畳・襖・障子の張り替えもご相談ください!!

前回、畳を張り替えてもらい綺麗になったので、今回は襖の張り替えをお願いしました。部屋がとても明るくなり、清々しい気分です。襖の取っ手もツヤが出て、新品のような仕上がりとなり、大満足です。ありがとうございました。

宮崎市の組合員さんより



畳や襖・障子を張り替えるとお部屋もバツと明るくなり、気分も爽快になりますよ!



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!

で、園芸のことや週末のひとり言をお話していますが、組合員さんや職員と、その内容で交流できる瞬間が、すごく嬉しい私です。

コープみやざき赤江店は、5月23日に28歳の誕生日を迎えます。これもひとえに、いつも支えていただいている組合員さんのおかげです。これからも皆様からの声を宝に、お店を運営していきます。どうぞよろしくお願ひいたします。

＜「わが家の声カード」の受けとめ＞

今回は13件の貴重なご意見をいただきました。「よかつたよ・お気に入り」の声は7件で、「職員の対応」「季節、記念日毎のイベント」「商品やお店の雰囲気」「きれいなトイレ」など、嬉しい声をいただき励みになります。また、「ここが気になる・もっとこうして」声は6件でした。「職員の対応」「商品」「買い場、陳列場所が店毎で違う」などで、個別に回答させていただきます。これからも、喜ばれていることはさらに伸ばし、改善できることは直ぐに改善し、組合員の皆様が、気持ち良くお買い物ができるように、職員一同、努めてまいります。

知っててお得!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



高齢になり、小銭の出し入れに難儀していました。くらしの積立を使えば楽ですね。
宮崎市のK・Kさん(70代)



くらしの積立は本当に助かります。誕生日祝のお花や布団丸洗いの支払いなど、くらしの積立が役立っています。毎週少しずつの積み立てですが、これからも続けたいと思います。
延岡市のT・Kさん(70代)

- ◆「くらしの積立チャージ機」の使い方が分からない時は、サービスカウンターの職員までお声がけください。
- ◆くらしの積立の残高をレシーンに表示することもできます。詳しくは、サービスカウンター職員にお気軽にお問い合わせください。

クイズ

◆昨年6月から品揃えた『みやざきコープ』は、宮崎県産の大麦から作り「甘味と香ばしさがあり、コクがコク飲める」を目指して開発した飲料です。□に入るのはどれでしょう?
④ まこっ茶 ⑤ うめっ茶 ⑥ うま麦茶

◆「身近なくらしの話題」、「私がやっている脳トレ(くらし、新聞・雑誌、趣味など)」、「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400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。
- 2月(No.350)ハロー！コープクイズの答 ①くらし 応募総数1,311通 正解者数1,257通

ハロー！コープ No.352 クイズの答
2025.4月号
〈何でもメッセージ〉 回答(●いる ●いない)

回答欄(氏名、(TEL)、(総合No.)、(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)