

“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す。
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)

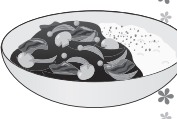
麺つゆに漬ける

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)に漬け込んで食べています。

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

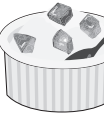
白和えにトマトを小さく切って入れると、色合いがすごくきれいです。



都城市の米丸順子さん(60代)

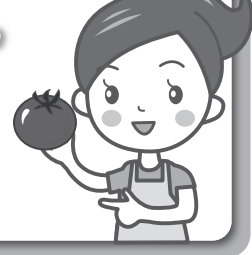
クリームチーズサラダ

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)

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、または煮るスライスチーズ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)



5食入 378円
(税込409円)

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)



店長 西村 清志
「還暦を迎えました」

店長便り

皆様こんにちは。店長の西村です。いよいよ私も先月に還暦を迎えました！同級生と集まる機会も増え、再会するとみんな変わらず！で気持ちはずっと若いままです。ウォーキングで1時間半くらいは余裕で歩くのですが、油断すると店内の平坦な所です。つまり、いっまでも元気に働けたらと思います。

春はドライブ



農産部門
黒木 さおり さん

こんにちは。私は暖かい日にはドライブに出かけたくります。子どもが小さい頃は、家族で阿蘇の高森の方へよくドライブに行きました。自然の中でお弁当を食べたことや、子どもとボールで滑り台、ゴーカートと一緒に遊んだことなど、楽しい思い出がたくさんあります。農産部門で働いていますので家族の健康を考えて、お野菜や果物を毎日の食事に積極的に取り入れています。お野菜や果物などのご要望やお困りごとなど、お気軽に農産コーナーでお声がけください。

<「わが家の声カード」の受けとめ>

今回は21件の声を寄せていただきました。◇【ここがお気に入り】の声は14件でした。「職員対応が良い」が最も多く、「お惣菜やベーカリーのパンがおいしい」「少量目が助かっている」「お店・トイレ・くつろぎコーナーが綺麗」が主なご意見でした。喜ばれていることは、これからも継続してまいります。◇【ご要望・もっとこうして】が5件で、商品の品揃え要望は個別に回答させていただきました。「お楽しみ市の抽選が当たらない」とのご意見で、続けて当たる人もいるのですが、実は私もいつも館かティッシュです(笑)。ちなみに、「無料配布のポケットティッシュの中では、コープでもらう物が最も紙質が良い」という声もお聞きしました。◇【質問】が2件ありました。□「お花のラッピングはできますか？」については、サービスカウンターにて無料で承っております。混み合っている時は、少々お時間をいただく場合もありますが、お気軽に声をかけてくださいませ。□「買い物中地震が発生した場合は大丈夫ですか？」については、建物は耐震構造に優れ、職員は避難訓練も行っております。地震が発生した時は店内放送や避難誘導を行いますので、ご協力をお願いいたします。

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



- ★ゴザの見本を持って見積りに伺います。
- ★作業は一日で仕上げます。
- ★家具の移動もこちらで行います。

畳や襖・障子を張り替えるとお部屋もパツと明るくなり、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！

<4月29日は『昭和の日』です!>

今年も1週間前から昭和の懐かしいグッズを飾り、昭和を懐かしみながら楽しんでいただけるよう、『ミニ昭和展』を計画しております。楽しみにご来店くださいませ。



<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お聴きする場です。延岡ブロック総会は5月21日(水)午前9時半開会で、「マリエールオークバイン」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。



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、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ト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。

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も可。
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

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)
1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く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

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・コク・飲みやすさ」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 まこ茶 ⑤ うめ茶 ⑥ うま茶
- ◆「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コードからおすすめ。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)

Area for submitting messages and answers to the quiz.

(氏名) (総合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)