

“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)

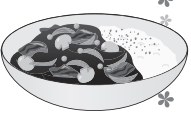
麺つゆに漬ける

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)
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暮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



店長 河野 透
「もうすぐ端午の節句ですね」

店長便り

皆様こんにちは。店長の河野です。わが家の1匹のネコが、お腹の部分の毛が全部抜けてしまい、地肌が見えになってしまいました。最初は500円玉くらいのものでしたのですが、どんどん大きくなって今は手の平くらいのもので…。妻も心配はしていたのですが、「動物病院に連れて行ったら、虐待してると思われたりして…」と恐れていました。ネコは元気いっぱいなのでそのままでしたが、その後しばらく経ってからネコの漫画の本を読んでいたら、妻が、「あーっ、うちと一緒に!」と叫びます。その漫画は作者が自分の飼っているネコを題材にしているもので、同じようにお腹の毛がなくなってしまったことを描いていました。作者は、「メスのネコはお腹の毛が抜けやすいようです」と書いています。これを見た妻はひと安心。「良かった。他にも同じようなネコがいるのね」と、やで「卵の殻を剥いたような、つるつるお腹を」などながら大笑いするのです。

<「わが家の声カード」のまとめ>

今回も、たくさんの声を聞かせていただき、ありがとうございました。組合員さん、お一人おひとりにそれぞれの暮らしがあるのですが、商品や対応、設備等についても満足しているという声をいただきました。これからもさらに、皆様のお役に立てる生協、宮脇店であるように努力を重ねていきます。また、「引っ越して来て親族が近くにおらず、近所付き合いも少なくなっている昨今、どの店員さんも親切に笑顔で対応してくれます」という声もいただきました。大変嬉しく、我々も元気をもらいました。

<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。宮崎東ブロック総会は5月21日(水)午前10時開会で、「ひまわり荘」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



★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!

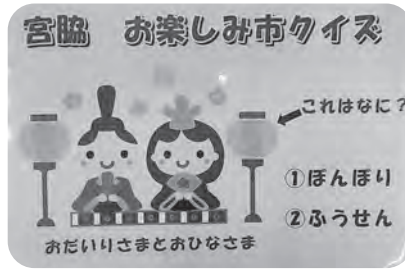
お問い合わせは
住宅センター 県内全域 (0985)29-5800
営業日:月～土 9:00～17:50 県北営業所 (0982)33-6215

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!

話は変わりますが、3月の『お楽しみ市』のことでした。この時も、子どもさんたちに「クイズ」を用意していたのですが、問題は「おだしいさまとおひなさま。よこにあるのは、ぼんぼり?ふうせん?」という内容でした。この時にいつも応援していただいているコープメイトの「梅津光代さん」に、「今回のクイズは小さな子どもさんにはちょっと難しいかもですね」と話しかけたところ、「大丈夫ですよ。一緒に歌えば、すぐに分かりますから◎!」と言われます。その後、カウンターでは答えの分からない子どもさんが来ると、梅津さんが「あかりをつけましょ!ぼんぼりに〜♪」と一緒に歌っている場面を何度も目にしました。『分からない時は一緒に歌う』という優しい対応してくれた梅津さんに感謝です。今日はどんなクイズなのか私も楽しみです。ちなみに妻はネコを抱っこする度に、「なんで〜♪こんなに〜可愛いいのかよ〜♪!」と歌います。これ「孫」の歌?!



梅津 光代 さん



クイズ

知ってお得!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。

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

宮脇店のお知らせ

営業時間 10:00～20:00
TEL0985-89-4011

宮脇店お楽しみ市

4/26(土)・27(日)・28(月)

5月のカレンダー

26(土)	お楽しみ市
27(日)	お楽しみ市
28(月)	
29(火)	昭和の日・ナポレオンの日
30(水)	
31(木)	メーデー
1(金)	八十八夜
2(土)	憲法記念日
3(日)	みどりの日
4(月)	こどもの日・立夏
5(火)	振替休日
6(水)	
7(木)	こけしの日
8(金)	
9(土)	
10(日)	母の日衣料お楽しみ市 (佐土原店・小林店・花ヶ島店のみ)
11(月)	母の日
12(月)	
13(火)	
14(水)	
15(木)	ヨーグルトの日
16(金)	
17(土)	
18(日)	保障相談日
19(月)	
20(火)	
21(水)	
22(木)	
23(金)	
24(土)	お楽しみ市
25(日)	宮崎マングローブの日
26(月)	
27(火)	小松菜の日
28(水)	
29(木)	コープみやざき誕生日
30(金)	こんにゃくの日
31(土)	

※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。

キトリリセン

(5月15日メ切り)

→店舗支援部行

〈何でもメッセージ〉

回答(●いる ●いない)

お問い合わせは、店舗サービスセンターまで
電話 0985-32-1234

(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)