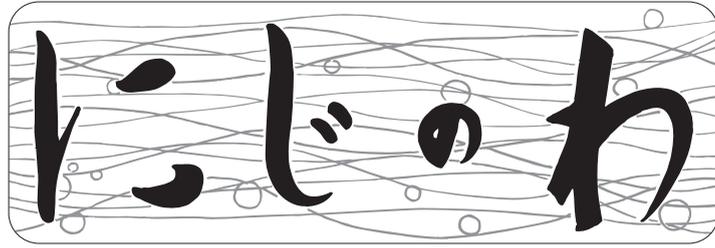


“私たちの供給する商品を中心に  
家族の団らんがはずむこと”を  
めざします。

組合員数 275,500世帯  
県内全世帯に対する加入率 58.0%  
一人平均出資金額 18,445円 (6月29日現在)



7月 518号 5回

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  
電話 (0985)32-1234 FAX(0985)32-3355  
ホームページアドレス https://www.miyazaki.coop

重要!

### 共同購入・夕食(お弁当)配達 お盆休みのご案内

今年もお盆休みのため、8月11日(月)～15日(金)の共同購入  
商品・お弁当のお届けはありません。

共同購入で8月4日(月)～8日(金)にご注文されたものは、8月18日(月)～  
22日(金)のお届けになります。

お弁当の変更・停止については、8月6日(水)までにお申し出いただいたも  
のについて、18日からの配達に反映されます。

8月7日以降にお申し出いただいたものは25日からの配達に反映されます。

店舗については、お盆期間中も通常どおり営業致します

企画回	月	火	水	木	金
8月1回 (519号)	8月4日	5	6	7	8
	8月3回(520号)の注文用紙をご提出ください ※共同購入の8月3回(520号)のインターネットの注文期限は、 いつも通り注文用紙提出期限日の翌朝8時までです。				
8月2回 (ありません)	11	12	13	14	15
	共同購入・夕食(お弁当)宅配はお盆休みをいただきます ※共同購入のインターネット注文が可能なのは、8月4回(521)号 (8月25日～29日お届け分)に限ります。				
8月3回 (520号)	18	19	20	21	22
	8月4回(521号)の注文用紙をご提出ください				
8月4回 (521号)	25	26	27	28	29
	9月1回(522号)の注文用紙をご提出ください				

梅がたくさん  
門川町 T・Kさん  
(70代)  
今年は今までないほど梅  
がたくさんなり、友だちに  
もちぎりに来てもらいまし  
た。梅干しやシロップ・ジ  
ヤムとたくさん作りまし  
た。梅干しが楽しかったです。  
ジャムはとておいしかった  
ですよ。

たより  
コープみやざき

携帯メールで、  
写真付きのおた  
よりの送るこ  
とができます。  
にじのわメールアドレス  
niji@miyazaki.coop

#### 1年に1度の

高鍋町の組合員さん

孫がオランダから帰って  
きました。あとの子含め3  
人の孫と一緒に家族旅行を  
計画してくれました。1年に  
1度の楽しみです。3人の  
孫も優しくありがたいです。

#### 夕食作り

A・Aさん  
(70代)

夫は、孫たちの夕食作り  
を週に4、5回しています。  
孫の希望で唐揚げが多いの  
ですが、私は、油の摂りす  
ぎに、と心配しながら野  
菜中心の副菜づくりです。

#### 季節のものを

都城市の組合員さん

先日は門川の桃源岬まで  
遠出しました。アジサイと  
景色がとてもきれいでした。  
帰りに道の駅つのに寄って、  
とうもろこしなど季節のも  
のを買って帰りました。

#### おにぎりの具

宮崎市 M・Wさん  
(60代)

子どもたちがそれぞれ独  
立して家族ができてお弁当  
作りもなくなりました。し  
かし、最近孫のおにぎりの

具を見てびっくり!!おにぎ  
りの中に唐揚げやカツが入  
っていて、よく考えている  
なりと感じました。私がお  
弁当作りするころは、梅・  
こんぶ・鮭が定番でした。

#### 抜群のおいしさ

川南町の組合員さん

母がうなぎ大好き♡なの  
で、時折うなぎにして夕飯  
に出すのですが、私の一  
番好きな食べ方は「うなぎ  
寿司」です。酢飯に湯煎し  
たうなぎめしの具を混ぜる  
だけなのですが、わが家で  
はトッピングにむぎ枝豆を  
のせたり、錦糸卵をのせた  
りします。また、酢飯にう  
なぎめしの具を混ぜた後、  
すりごまもたっぷり混ぜ  
合わせます。さらに風味良  
く抜群のおいしさです!!せ  
ひ試してみてください。

#### 無農薬だからね

宮崎市の組合員さん

家庭菜園でのミニトマト  
やピーマンが収穫できるよ  
うになりました。やはり手  
作りになると食べるのも楽  
しみです。無農薬だからね  
と食卓に出すときに気持ち  
が入ります。



テゲバジャーロ宮崎を応援しよう!

### テラスシートペア席プレゼントのご案内

地元のプロチームの応援を通しての地域貢献のため、コープみやざき  
ではテゲバジャーロ宮崎のいちご宮崎新富サッカー場の「テラスシート」  
ペア席でのサッカー試合観戦を、組合員みなさんに抽選でプレゼント  
いたします。

初めての方でも楽しめる企画です。どうぞ、ふるってご応募ください。

★「テラスシート」とは、スタジアム観客席最上段に設けられた特別観覧席(い  
わゆるVIP席)で、専用テーブルでくつろぎながら観戦でき、併設されるピ  
ュッフェ食べ放題、アルコールを含むドリンク飲み放題も無料で利用できます。



#### ご応募いただける試合

※どちらか一方のみ

①2025年8月23日(土)

アスルクラロ沼津戦(3ペア限定)

9月27日(土)

②FC琉球戦(3ペア限定)

※開始時間は7月17日以降に、  
テゲバジャーロ宮崎から発表されます。

こちらの二次元  
コードから  
お申し込みください!



お問い合わせ コープみやざき 機関運営部 緒方  
電話 0985-32-1234 (月～金 9:00～17:50)

### ピースアクションinヒロシマ・ナガサキ オンライン視聴



全国の生協の仲間がヒロシマとナガサキに集まり開催される“ピースアクション”の企画の  
一つ“虹のステージ”がオンライン配信されます。ぜひご覧ください。

◆リンク: https://peace.jccu.coop/hiroshimanagasaki

◆日時: ヒロシマ8月5日 13:00～15:10

ナガサキ8月8日 13:00～15:30

◆主な内容: ステージパフォーマンス・平和活動の紹介・こども平和宣言・  
被爆の証言・合唱・吹奏楽等  
※ヒロシマ、ナガサキで内容が少し違います。見逃し配信あり。



一人暮らしの父が亡くな  
り、空き家になっていた実家  
を訪れていた義姉が、屋根裏  
に潜んでいたイタチが外  
れかかっていた板の隙間から  
飛び出てくる場所に遭遇し  
たらしく、すぐに甥が釘で止  
めてくれました。  
今年の3月ごろ、実家に  
行くとき壁の向こうから生  
まれたばかりのイタチがハク  
ビンの赤ちゃんの泣き声が  
…。イタチやハクビンは鳥  
獣保護管理法で捕獲が禁止  
されています。鳥獣駆除をし  
てくれているところなど知る  
由もなく、詐欺まがいのこ  
ろもあるかもと悩んでいる  
と、他市に住む妹から「生協  
で頼めるみたいよ」と電話が  
…。「シロアリとか害虫駆除  
は聞いたことあるけど、鳥獣  
は聞いたことないよ」と言  
うと「知り合いの人がして  
もらった」と言うので住宅  
センターに問い合わせると提  
携先がありました。  
生協の提携先なら安心だ  
ねと早速お願いしました。  
1カ月強かかりましたが、屋  
根裏からいなくなったことを  
確認し、糞尿の清掃・消毒・  
出入りしていた板をしっかりと  
留めていただきました。  
それから1カ月経った  
ある日、薬局の駐車場で私の  
車のエンジンルームにアナグ  
マが入り込む珍事件が…。J  
AFに連絡し待つこと1時  
間。その後2時間程格闘して  
いただきましたが、追い出せ  
ず。エンジンに巻き込む心配  
はないとのこと、そのまま  
帰宅。翌日、目視の範囲では  
姿がなかったのですが夜のう  
ちに出て行ったと判断し、その  
ま乗っています。  
立て続けの珍獣騒動…2  
度あることは3度になりま  
せんように…。



今年も実施 県内61カ所の提携スタンドで

# COOP提携スタンド感謝祭

期間：8月1日(金曜)~8月31日(日曜)

CO-OP カードOK  
コープマークが目印です

麦茶と商品券500円が当たりました~!  
子どもと仕事帰りに給油に寄りましたが、1日の疲れが吹っ飛ばすほどうれしかったです。開けるまでワクワク、ドキドキ楽しみですね。

宮崎市の組合員さん

## くじをめくって当てよう!

- A賞 コープみやざき商品券 500円 700本
- B賞 うま麦茶 500ml 36,000本
- C賞 ポケットティッシュ 1個

給油の前にスタンド職員へコープカードをご提示ください。セルフ給油機の場合は、先に機械に通してからご利用ください。  
ガソリン・軽油・灯油・洗車・オイル交換は2,000円のご利用に対して、1枚その場で『当たり』がわかる抽選くじが引けます。

抽選くじ配布基準例：2,000円以下は1枚、2,001円~4,000円は2枚、4,001円~6,000円は3枚・・・



セルフのガソリンスタンドで、スタッフさん不在の時は、くじや賞品はどうすればもらえるの?

くじの引き換え時間帯は、各スタンド掲示のポスターに記載しております。スタッフ不在時は、次回給油時にスタッフヘレシートを提示し、お申し付けください。引き換えは9月3日(水曜)までです。  
期間中に引き換えに行けない場合は、カーライフ支援センターまでご相談ください。



提携スタンドの地図一覧お届けします。請求番号 350249  
コープみやざきのホームページでも、ご案内しています。

お問い合わせは **カーライフ支援センター**  
電話 0985-29-5800 (月曜~土曜 9:00~17:50)



## 受取方法が複数あるのはいいですね!

引越して、戸別配達を利用していました。4月から家での受け取りが困難になりそうと、共同購入をお休みしようかと考えていましたが、以前「ハロー!コープ※」に掲載していた、店舗受取のことを思い出しました。カタログにしかないスイーツに目がない私…。続けられてうれしいです。受取方法が複数あるのはいいですね!これからもよろしくお願いします。

宮崎市の組合員さんより

※「ハロー!コープ」とは… お店と組合員さんをつなぐ機関紙です。最も多くご利用されたお店から、郵便で翌月お届けしています。



戸別配達やグループ利用以外で  
共同購入(カタログ)商品を受け取れませんか?

支所・店舗受取場所や  
地域受取場所での受け取り  
もお選びいただけます

## ☆支所・店舗受取場所

県内11の支所や16の店舗でも、共同購入(カタログ)の商品を受け取れます。最寄りの支所・店舗職員へお気軽に声をおかけください。



花ヶ島店受取場所の様子

## ☆地域受取場所

県内約180カ所のお店(酒屋・クリーニング店など)

お店とコープみやざきが契約をしています。受取曜日・時間などのくわしいことは、最寄りの支所・地域責任者へお問い合わせください。



百姓新鮮市場さん(宮崎市)

地域受取場所は  
こちらからご覧いただけます。



URL: <https://www.miyazaki.coop/kyoudou/uketori>

共同購入についてのお問い合わせは、  
地域責任者支援課 電話：0985-20-2110  
(月曜~金曜 9:00~18:00)へお気軽にどうぞ。

## ご存じですか?「やさしさてらす」カタログ

「やさしさ てらす」は、食物アレルギーに配慮した食品や、乳幼児向けの食品に加え、食べることに困りの方向けのやさしい食品、手軽に栄養を摂れる食品などをご案内しているカタログです。アレルギーにつきましては、国の「食品表示基準」で定められた特定原材料(8品目)と準ずるもの(20品目)、合計28品目を表示しています。



- すぐ使える冷凍食材
- アレンジ自由な「素材型」
- 子育て中の組合員さんの声から開発



### 「国産野菜で作ったなめらかキューブ」

子どもの離乳食作りが始まって大変だったのですが、コープの「きらきらステップ」を使いだしてから時短になって本当に助かっています。娘もおいしそうに食べてくれるので、友だちにも紹介したいと思います。

宮崎市の組合員さん

### 根菜野菜の 白和え (7~8カ月)



★登録された方に、月1回カタログをお届けします(無料)。

379999番を注文用紙の6桁番号注文欄にご記入ください。

★全商品、毎週注文できます。商品は通常の共同購入商品と一緒に届けます。



### 「鯛雑炊」

「母は高齢のため、介護食を食べるので、今までは買いに行っていたけど、「やさしさてらす」に同じ商品が載っていたので登録しました。これからは配達してもらえるので、すごく助かります」とお聴きました。

都城支所 山元雄司

#### <材料>

国産野菜で作ったなめらかキューブ 根菜2個  
絹豆腐30g

#### <作り方>

- ①「国産野菜で作ったなめらかキューブ 根菜」を加熱する。
- ②豆腐はさつとゆでてすりつぶし、①を加え混ぜ合わせる。

★「共同購入にここに便」で、カタログの商品を直接生協から地方発送できます。「ここに便」専用の注文用紙があります。詳しくは、配達に伺う地域責任者にお問い合わせください。