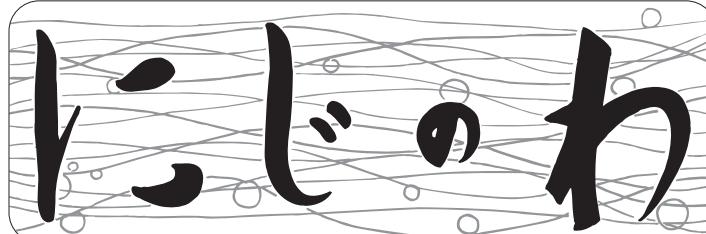


“私たちの供給する商品を中心に  
家族の団らんがはずむこと”を  
めざします。

組合員数 276,619世帯  
県内全世帯に対する加入率 58.3%  
一人平均出資金額 18,444円 (1月4日現在)



2月  
544号  
1回

発行 C 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.miyanazaki.coop>

## 笑っちゃった できごと



### 朝起きたら

延岡市 追田千波さん(70代)

朝起きたら炊飯器が空っぽ。前の晩、お米を洗い、水加減の調整までしたのに流し台に、置きっぱなしでした。あわてて「早炊き」モードに切り替えて炊きました。

### 笑顔笑顔

日之影町 甲斐しよう子さん(60代)

先日の夕方、些細なことで夫とけんか。息子が帰るなり一言「お母さん”笑顔”だよ。なにごとも笑顔笑顔でね」そんなこえ～顔してましたかね?思い出し、吹き出しました。やっぱり笑顔大事ですね。

### ついつい

宮崎市の組合員さん(50代)

わが家には猫が12匹います。毎日の餌代など大変ですが、それぞれ個性があり、楽しく生活しています。中でも「さぶ」という名前のオス猫は、舌をしまい忘れて出したままがよくあり、ついつい笑ってしまいます。

一人暮らしだと、規則正しい生活を心掛けないといけないと思うほど、今日はこれでよかつたのかなーと。自分のができてよし、人様には迷惑かけないようにならうと思う。まずは身近な人。隣近所、子どもや孫。子どもといつても50歳を過ぎている子どもから週に1回は生存確認と言つて電話があるが、これも楽し



宮崎市の組合員さん  
(80代)

甥夫婦が航空祭のために帰つてきました。宮崎を出て、20年振りだと楽しそう

にしようと思う。まずは身近な人。隣近所、子どもや孫。子どもといつても50歳を過ぎている子どもから週に1回は生存確認と言つて電話があるが、これも楽し

い。手切りで一口大にちぎり、耐熱ボウルに入れてオリーブオイルをまわしかけ、ラップをして10分メニユーでチン。キャベツのオイル蒸しの出来上がり。いろいろなことにアレンジして

航空祭

宮崎市の組合員さん  
(70代)

細かく切つてサラダ(一口大に切つてジッパーに入れ、塩を振つてもみもみ)が主だつたのですが最近は、キャベツを1枚ずつ剥ぎ取り、洗い、手切りで一口大にちぎり、耐熱ボウルに入れてオリーブオイルをまわしかけ、ラップをして10分メニユーでチン。キャベツのオイル蒸しの出来上がり。いろいろなことにアレンジして

いました。娘の好きなパンを買つたり、食材を買つたり…。育休を取つた、婿殿にお任せして帰つてきました。驚きました。娘宅の近くに赤江店があり、行ってみました。娘の好きなパンを買つたり、食材を買つたり…。

た。逆子だったのに、帝王切開での出産でしたが、今

は1週間で退院なんですね。

た。里帰りはせず、私が10

11月に初孫が生まれまし

た。新しく時間を過ごせま

も、新しい時間を過ごせま

思いました。一緒に夫ともど

うに語っていました。土曜・

日曜と新田原に出向き、2

泊3日で航空ショーを見て

過ごしました。本人はこの

上ない幸せな時間だったと

思いました。

一緒に夫ともど

うに語っていました。土曜・

日曜と新田原に出向き、2

</div

組合員さんから  
お聞きしました!

「干してから冷凍」

宮崎西支所 坂本美咲

地域責任者：今日はまいたけが、たくさんきてますね。

組合員さん：干して冷凍させるから一気に注文したとよ。

地域責任者：冷凍保存させるのはよく聞いてましたけど、干してから冷凍させるのは初めて聴きました。

組合員さん：干すと、うま味と栄養が増すとよ。冷凍させることで、日持ちもするし使うときも、味噌汁にパッと入れて使い勝手がいいのよ。

とお聞きしました！



「雪国まいたけ70g」  
今週お届けの544号カタログでも  
ご案内しています。



CO-OP共済ニュース

CO-OP学生総合共済のお知らせ！

お子さまが大学・専門学校に進学した時に、安心して生活できる保障内容のCO-OP学生総合共済のご案内です。

負担の少ない、月々1200円の掛金で、入院保障日額1万円など学生さんの助けになる保障内容です。

卒業後は、新社会人コース（学生総合共済からの更新・更改専用コース）に移ることができます。

掛金は30歳までそのままで、ほぼ同様の保障内容を備えることができます。



\*現在、大学生協で学生総合共済をご契約の方で、  
**2026年3月卒業予定の皆様へは、コープ共済連から新社会人コースへの満期手続きのご案内をお届けしています。**そちらもぜひご確認ください。

※詳しくはパンフレットをご覧ください。

【お問い合わせ先】コープみやざき  
共済センター 電話 0985-29-3700  
(月曜~土曜 9:00~17:50)



契約引受団体：日本コープ共済生活協同組合連合会

エコリング  
EcoRing 宅配買取サービス

断捨離で利用しました。店に持っていく時間、査定までの待ち時間もなく、自宅でできるので、とてもありがとうございます。今後も利用ていきます。

(宮崎市の組合員さんより)

古い衣類でもかまわないと聞いたので安心しました。(思い出の品はほとんど古いので)どこかで誰かが使ってくれると思ううれしいです。

(諸塙村の組合員さんより)

「家中をスッキリ片付けたい」  
「捨てるにはもったいない。誰かに使ってほしい」という方にピッタリです。

ご自宅で箱に詰めて送るだけで、宅配買取りがご利用できます。

くわしい資料は  
こちらからご覧ください。



資料請求番号  
**370073**

お問い合わせ先 生活サービスセンター  
電話 0985-29-5800 (月曜~土曜 9:00~17:50)

ご依頼から買い取りまで カンタン3ステップ

査定・送料 無料

宅配キット  
申し込み



品物を送る



査定金額を  
ご案内

宅配キットは注文用紙からご注文できます



1回のご注文につき、1種類のみで、かつ1つのみのお届けです。

共同購入注文用紙に注文番号と数量1とご記入ください。

(1回の査定が終了後、新たにご注文できます)

※生協にご登録されている住所へ、直接宅配会社よりお届けします。

※宅配会社へ連絡していただければ、ご自宅へ回収に伺います。

※伝票のみで、ご自宅の箱を利用される際は、縦・横・奥行の3辺の合計が130cm以内の箱、1箱のみのご発送をお願いします。

※紙袋・エコバッグには割れ物を同梱しないでください。

愛車の車検・点検や修理も承ります

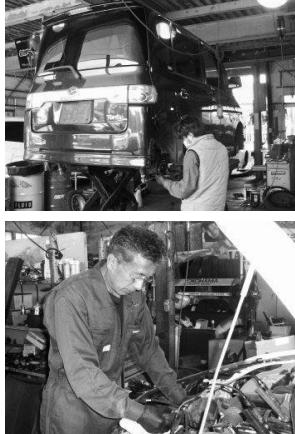


始めは自分で工場を探していましたが、予約待ちのところ  
が多かったり、料金についても不安がありましたが、生協を  
通すことで、安心できました。ありがとうございました。

(宮崎市の組合員さん)

提携の車検修理工場

高千穂町三田井：飯干自動車整備工場  
延岡市須崎町：三和自動車整備工場  
日向市財光寺：中西自動車販売  
新富町三納代：石崎自動車工業所  
宮崎市恒久：小村自動車サービス  
宮崎市大瀬町：リバーサイドカーケアセンター  
宮崎市芳士：藤元自動車工場  
都城市上町：栄輪モータース  
日南市星倉：福永自動車



- ・どこかの提携工場でも同じ料金設定で安心。
- ・ご利用代金が利用割戻しの対象となります。
- ・小さな修理でもご相談ください。
- ・部品交換(修理箇所)がある場合は電話などで、分かりやすく説明をし、ご了解の上で作業に入ります。
- ・車検の際、車の持ち込み・引き取りをされる場合は片道1,000円の割引。
- ・車検時には部品交換の工賃10%引き。
- ・出張見積もりいたします。
- ・代車は無料でご用意します。
- ・職場への引き取り・納車もできます。

コープ車検の料金やサービス内容、提携工場の  
地図を掲載した資料をお送りします。

資料請求番号

**355232**



お申し込み・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(祝日も営業)9:00~17:50

コチラからも  
どうぞ!