

“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>

みなさまへのお約束！

- 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

お楽しみ市だ～いすき

コープで開催されている「お楽しみ市」には、言葉あつめもあり、3才にふさわしいおもちゃもあり、ひらがなやカタカナ、練習用紙など、自分から集めた平仮名を相手に伝える、成長が見える時間もあり、いつも家族で来んでいます。

延岡市のH・Mさん(20代)



左：ちあきちゃん(3歳4カ月)
右：あまねちゃん(1歳4カ月)

あれから48年

来年2027年は、宮崎で国スポが開催されます。とても楽しみです。48年前の宮崎国体には選手としてではなく、プラカードを持つ補助員として参加しました。高校時代の懐かしい思い出です。

延岡市の組合員さん(60代)

さいろい蝶

彼岸の中日に、父の一年後に亡くなった母の分も一緒に、納骨をしました。読経が始まるとどこからともなく黄色い蝶がいっぱい集まり、ご先祖様たちが皆で、父と母を迎えに来ているように思えました。ありがとうございます。お願いします。と声をかけて、蝶を見送りました。

宮崎市のY・Kさん(70代)



ブタさんの鳴き声で体操

2年前に脊柱管狭窄症になり、ラジオ体操をすめられました。夏は早起きをして、6時半からのNHKラジオ放送に合わせてやっていたのですが、段々お日様が遅く登り、寒くなってきた頃、お家時間ですれば…と、CDの『体操ブーブーMEGA2』を娘が届けてくれました。お陰様で、可愛いブタさん(声)でがんばっています。

都城市のK・Sさん(70代)

ラジオ体操の思い出



日本各地の方言でかけ声

ラジオ体操!? と言えば、何年か前に購入したCDがあったはず…。日本各地での方言での掛け声によるラジオ体操。真剣に取り組めば、ダイエットにもなるという図解入りのものが何と2枚も!! 実際にしたのは数回だけ。いつかするだろうと処分せずに取っていました。思い出させてもらい感謝です。

都城市のN・Yさん(70代)

夕食後にストレッチと体操

ここ1年くらい前から、夕食後にラジオ体操をして、腰まわりと膝のストレッチをしています。晴れた日は20分くらい家の周りを歩いてから、ラジオ体操をしています。雨の日は室内でします。小学校でラジオ体操を習って以来、不思議なもので体と頭とで身についているものですね。自然と体も動きます。これからも続けますよ。

延岡市のM・Kさん(60代)

運動会の準備運動で

私が小学校へ入った71年前には運動会の準備運動は、「体操体型に開け!」の号令で、伸ばした手がお隣や前後左右にぶつからないように、自分の位置を取り、ラジオ体操から運動会が始まっていました。また、夏休みにはカードを首にぶら下げて行き、体操終了後に印をもらっていました。当時は毎日していたので、今でもしっかり覚えていますよ。懐かしい思い出です。

宮崎市のK・Tさん(70代)

世代を問わずやれる!

ラジオ体操と言えば、世代を問わず、とにかくあの音楽が聞こえたら、体が勝手に動き出す、本当におもしろい日本独自のものですよね。地区の運動会で、90代の方から幼稚園児まで、一緒にやっている姿は当たり前だけど、全然当たり前ではなく、「スゴイ!」です!!

宮崎市のM・Hさん(40代)

寝坊した～

小学生の頃の夏休みに昼寝をしていて、目が覚めた時に朝と勘違いして、「また怒られる～」と言いながら、慌てて体操のカードを持って、公園まで走って行ったことを覚えています(笑)。

宮崎市のT・Oさん(60代)



にじのわ・ハロー!コープ検討委員さん募集

組合員さんならどなたでも
ご参加いただけます!

にじのわ担当:緒方 ハロー!コープ担当:湯地



にじのわ・ハロー!コープ検討委員会では、『にじのわ』『ハロー!コープ』を読んだ感想やご意見、中身を通して知りたいこと、その他、周りで今話題になっていることなどをお聴かせいただいています。ここで聴き取った声をもとに、組合員さん同士や生協との情報交換が、より広がるようにしたいと思っています。和気あいあいとした楽しい場です!

皆様のご参加をお待ちしております。

日時: 月1回(第3金曜日が基本) 10:00~13:00
第1回目は9月18日(金)を予定しています。
会場: コープみやざき本部(宮崎市瀬頭2丁目10-26)
人数: 10人程度(来年8月まで定期的に参加できる方)
お弁当: 交通費の支給があります。
申し込み: 機関運営部 緒方
電話 0985-32-1234
締め切り: 7月24日(金) 17:00

※写真は現在の
検討委員の皆
さんです。

共同購入カタログ商品をご自宅までお届けします!
(戸別配達のご案内)

戸別配達サービス料 (3人以上ご利用の場合は無料です)

	1人受取	2人受取(1人分)
65歳未満の方	毎週 300円	毎週 150円
65歳から74歳までの方	毎週 200円	毎週 100円
75歳以上の方	毎週 100円	毎週 50円
お体が不自由で買い物に行けず、周りに手助けをしてくれる人がいない方	毎週 100円	毎週 50円
赤ちゃん戸配サービス 乳幼児子育て中の方 13カ月間減額 ※満1歳の誕生日までにお申し込みください。	毎週 100円	毎週 50円

登録後8週間は、「お試し期間」として、戸配サービス料は無料でご利用いただけます。

〈お問い合わせ先〉各店舗のサービスカウンター

地域責任者支援課 電話 0985-20-2110

(月～金 9:00～18:00)



小さい子どもを連れて買い物に行くとゆっくり見られないので、カタログでゆっくり選んで、重い物も自宅まで届けてもらえて、本当に助かっています。おまけに時短料理の商品が多く、どれもおいしいので、お気に入りが増えていきます(^ ^)。

宮崎市のT・Fさん

皆さんも聞いてみませんか

「こんな仕事の工夫や改善をしました発表会」



職員が、仕事の中での工夫や、みんなの知恵を合わせて改善を重ねている事例を、発表する機会を設けました。日頃の努力を、組合員さんにも聞いていただきたいと思います。

昨年の発表のようす 甲斐重貴さん(現:日向支所エリア長)
【共同購入商品の品揃え・使い方交流部(発表当時)】

- ◆日時: 8月1日(土) 9:30~13:00
- ◆場所: シーガイアコンベンションセンター 宮崎市山崎町
- ◆参加費無料(お弁当を準備します) ※交通費の支給と託児所はありません。
- ◆申し込み締め切り: 7月3日(金)
- ◆お申し込み・お問い合わせ: 総務部 白瀬(しらがた) ☎0985-32-1234

受験のための「航空券」「ホテル」「高速バス」などの手配のお手伝いをいたします。例年、夏休みを過ぎると、受験会場周辺のホテルは満室になるようです。お早めにお問い合わせください。



旅行センター
金丸

受験生の方には、試験以外の負担はできるだけ減らしてあげたいと思い、対応しています。どんなことでも遠慮なく、旅行センターへお問い合わせください。

今回、受験のために利用しました。メールでやり取りをすることができ、営業時間に対応できない私にとっては、とても助かりました。受験先での時刻表や、大学までの交通手段などを丁寧に教えていただき、とても助かりました。ありがとうございました。

(日向市の組合員さん)

旅行センター: 電話0985-28-0568

(メール) ryoko@miyazaki.coop 営業: 月曜日～日曜日(9:30～17:30)旅行センターで
お手伝いできることは...

- ①大学周辺のホテル・交通手段の手配をいたします。
- ②空港からホテルまで、ホテルから大学までの一番迷わないアクセスをお調べし、提案いたします。
- ③キャンセル料の負担がないようにチケット予約の方法を提案させていただきます。
- ④時刻表(航空券・新幹線・高速バス等)をお調べして資料をお届けします。



えびはら けいしろう

店長：蛸原 慶四郎
「梅雨時にはてるてる坊主」

2025年度
(2025年4月～2026年3月)
は、黒字でした。

●供給高の予算比は
104.6%

●供給高は
14億1,973万円
(組合員みんなで利用した金額)

●経常剰余は
4,282万円
(供給高から人件費・物件費などの
経費を差し引いた利益)

店舗事業全体は6,589万円の黒字です。

『昭和の日』に黒電話をお借りし、展示させていただきました。我が子どもの頃は、中学生半ばまで黒電話を使っており、高

店長便り

皆様こんにちは。店長の蛸原です。私にとって晴天の下のゴルフが、一番のストレス発散です。だからこそ雨の日が続くと、やはり晴れて欲しいと感じます。この時期は庭の草の元気の良さには驚かされます。小さな庭ではありますが、愛犬たちにとって大切なストレス発散の場所です。なので、こまめに草刈りをがんばっています。

少し前になりますが、

校生になる頃にコードレス電話、卒業時にはポケベル、そして20代前半にはでっかい携帯電話が登場して使っていました。子どもの頃は不便な面もありましたが、今よりも自由だったように思います。特に中高生の頃、お付き合いしていた同級生に電話をする際、「土曜日の〇〇時に電話するから必ず出てね」と約束し、ドキドキしながら電話をかけたものです。同じような経験をお持ちの方もいらっしゃるのではないのでしょうか…。私も古き良き時代が少しわかる年頃になりました…(;∀;)。

ここで、2025年度の決算が確定しましたので、紙面をお借りしてご報告いたします。昨年度、皆様に花繰店をご利用いただいた金額から経費を差し引いた経常剰余は、黒字で終えることができました。目標にしていた予算も、大きく超えることができました。コープみやざきの店舗事業全体でも、黒字での運営ができました。皆様の日頃からのご利用に、心から感謝いたします。引き続き、組合員の皆様がさらに気持ち良くご利用できるお店になるよう、努力してまいります。何かお困りごとや、お気づきのことなどございましたら、お気軽に近くの職員へお聞かせください。今後も花繰店を、どうぞよろしくお願いいたします。

花繰店からのお知らせ

営業時間 10:00～20:00
TEL0986-23-6400

花繰店お楽しみ市

6/27(土)・28(日)・29(月)

7月のカレンダー

6/27(土)	お楽しみ市	
28(日)		
29(月)		
30(火)		
7/1(水)		花繰店誕生日
2(木)		半夏生
3(金)		ソフトクリームの日
4(土)		
5(日)		
6(月)		
7(火)		七夕
8(水)		チキン南蛮の日
9(木)		
10(金)		納豆の日
11(土)		保障相談日
12(日)		
13(月)		新盆迎え火
14(火)		
15(水)		新暦の盆
16(木)		
17(金)		
18(土)		
19(日)		
20(月)		海の日
21(火)		
22(水)		天ぷらの日
23(木)		
24(金)		
25(土)	お楽しみ市	かき氷の日
26(日)		保障相談日 土用丑の日
27(月)		スイカの日
28(火)		
29(水)		
30(木)		
31(金)		

※催事については、各お店にお問い合わせいただくか、店内の掲示板でご確認ください。CO-OP LINEでもご案内しております。

【風除室のレシピコーナーをリニューアルいたしました】



レシピ専用コーナー

これまで風が強い日には、ラティス(交差した板)にケースでご案内していたレシピが飛んでしまうことがあり、組合員さんより、「レシピが落ちていましたよ。飛ばないようにしていただくと良いですね」とお聞きしました。

そこで、風の影響を受けにくく、手に取りやすい案内板に変更いたしました。ぜひご自由に、レシピをお持ち帰りください。

<CO-OP LINEでお店と「お友だち」になりませんか>

お店や生活サービスセンターからの旬な情報、店長のつぶやきなどを配信しています。店休日のお知らせやハロー！コープの紙面も配信しています。複数店舗の登録も可能です。詳しくはサービスカウンターへ、お気軽にお声がけください。登録をお待ちしています。



花繰店
二次元コード

知っててお得！知ってて便利！ 柄物の保冷バッグを品揃えしています

と〜っても便利!!

41cm
40cm
奥行20cm
本体価格1,500円
(税込1,650円)

22cm
25.5cm
奥行16cm
本体価格1,200円
(税込1,320円)

29cm
34cm
奥行16cm
本体価格1,500円
(税込1,650円)

宮脇店(宮崎市)
レジ・カウンター部門
なかむらやすこ
中村 康子さん

- ◆品揃え(柄やタイプ、価格帯)は、店によって異なります。サービスカウンター近くで準備していますので、どうぞお手にとってご覧ください。
- ◆種類によっては数に限りがあり、在庫がない場合もあります。ご了承ください。
- ◆保冷バッグはレジの精算時に先に出していただくと、レジ職員が精算済みの商品を詰めていきます。お気軽にお出ください。

ドライアイスは、サービスカウンターにご用意しております！

コープカード提携店

◎コープカード1枚で1グループ全員が対象となります。

ご友人との食事会やご家族みんなでの食事には…
“コープカード”をお忘れなく！

鉄板ステーキ
焼肉・鉄板焼ステーキ
5%割引
「みやちく」
(宮崎県内に3店舗)

10%割引
中国料理
龍王
「中華料理 龍王」
ANAホリディイン
リゾート宮崎内

5%割引
Fishermans
「フィッシャーマンズ漁師の
牡蠣小屋&肉小屋」
(宮崎市青島4丁目1)

10%割引
高千穂牧場
「まきはのレストラン」
(都城市吉之元町
5265-103)

ランチ・ディナー料金から15%割引。
※ソフトドリンク・アルコールは対象外となります。

テラスタ都城
「鉄板焼 都雅」
(都城市中町17街区2号)

THE MEIBIA
MIYAZAKI
ザ・メイビア
(旧ガーデンテラス)
(宮崎市下原町247-18)

ランチ・ディナー利用時にワンドリンクをサービス。

「隠れ里の懐石料理 わらしべ」
(宮崎市清水2丁目8-2)

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！

クイズ

◆今回の紙面で案内している『みやざきCO・OP素』は、17年前に案内を開始し、組合員さんからたくさんのご利用をいただいている人気の商品です。□に入るのはどれでしょう？

㊦ 冷や汁 ㊩ みそ汁 ㊧ だご汁

◆「身近なくらしの話題」、「給食の思い出(メニュー含む)」、「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ご記入ください。

■応募方法は、右の応募用紙に、答、氏名、組合員No.、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> 右の二次元コードからもおすすめです。
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名に、500円をくらしの積立に加算いたします。当選者のうち、共同購入に登録されている組合員さんには納品書に印字してお知らせし、共同購入未登録の組合員さんには、ハガキでご案内します。インターネットに登録している組合員さんには、加算の案内がメールで届きます。

■3月(No.363)ハロー！コープクイズの答 ㊦ ありがとう

応募総数 1,255通 正解者数 1,229通

ハロー！コープ

No.366
クイズの答

2026.6月号

〈何でもメッセージ〉

(7月15日締め切り)
→店舗支援部行

回答(●いる ●いない)

(氏名)

(組合員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)