

“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 277,926世帯

県内全世帯に対する加入率 59.2%

一人平均出資金額 18,060円 (7月26日現在)



9月
622号

1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



Instagram



ホームページ

わが家の/ 災害対策



防災の日を目安に

都城市の組合員さん

わが家の災害対策は、非常食の備蓄をしていて、9月1日の防災の日を目安に期限切れしそうな食品を食べます。

もう少し

宮崎市の組合員さん(60代)

家具につっぱり棒、見えるところにヘルメット、水と少々のお米を準備しています。もう少し、いろいろ準備しないとダメなと思っていますが、つい後回しになってます。

不安は尽きない

西米良村の組合員さん

年々、自然災害が怖くなっています。生協でも長期保存できる飲料水や食料品を購入させていただいていますが、不安は尽きないですね。

○次号の中面で「わが家の災害対策特集」を行います！ぜひチェックしてくださいね。

先日、山之口の道の駅に寄り、甘乳蘇(かんにゅうそ)のソフトクリームを食べました。とってもおいしく、後味もさっぱりしていました。平安・飛鳥時代に、美容・健康食として食べられていた蘇(そ)という乳製品を再現したものだそうです。砂糖などの添加物が一切使われていないというのも嬉しいですね。店の一角に素敵なカフェが設けられてあり、そこで食べるのもおすすめです。

キンキンに

高千穂町の組合員さん

(70代)

毎日、暑いですね。アイス・飲み物・果物などの注文が増えました。キンキンに凍ったアイス、最高です！いつもありがとうございます。



ハイドロカルチャーで育てていた小さな観葉植物。カウスターの上に置いていたのですが、片方だけに葉が繁り、不思議に思っていました。ある日、置き場をカーテン越しに日の当たる場所に替えたと、なんと葉が四方に広がり始めビックリ。お日様の光が欲

お日様の光

宮崎市の組合員さん

(70代)

ビックリでした！

日南市 泰子さん

(60代)

先日、娘家族と夕食を食べながら、小学1年生になった孫娘に、今日は何の授業があったと聞くと「英語と所作」と聞いてビックリでした！私たちの時代には、所作なんてなかったし、孫から学ぶことが多そうです。

時短

宮崎市 H・Oさん

(50代)

暑いので、できるだけ台所に立つ時間を減らして、火を使わないようにしたいなと思っています。コープで、時短商品たくさん活用する予定です！

冷や汁

日向市 M・Nさん

(70代)



しくてうずうずしていたのかと思うと、本当に感動しました。

にじのわ7月3回の「この道」に冷や汁のことが書かれてありました。高校生のころ、友人のお母さんがよく作っていて、私もご馳走になったことを思い出しました。今度、友人に会ったときに冷や汁の話をしてみたいと思いました。



小林稲刈り交流会参加者募集！

コープみやざきで大人気のお米「ひのひかり」の産地小林市で稲刈りをします。生産者やお取引先との交流を通して、お米について学んでみませんか！



- 日程：10月3日(土曜)
- 場所：小林市北西方 永久井野地区
○大型バスで向かいます。途中小林店からの乗車もできます。現地集合での参加も可能です。
- スケジュール
9:00 柳丸店出発(小林店経由)
11:00 稲刈り開始
12:30 昼食
14:00 現地出発(小林店・百笑村経由)
16:00 柳丸店到着 解散
- 定員 35人(申し込みが多い場合は初参加優先、グループ単位での抽選となります)
- 参加費(バス代・昼食代込み)
小学生以上:1,000円/3歳以上の未就学児:500円/3歳未満:無料
- 申し込み締め切り 9月18日(金曜)
○雨天時は中止となります。
○組合員さんとそのご家族が対象です。

こちらからも申し込みできます！



【お問い合わせ・お申し込み】

掲載の二次元コードからお申し込みください。お電話でも結構です。

機関運営部 担当 深野 電話 (0985) 32-1234

(月～金 9:00～17:50)

『緊急募金 令和8年熊本地震』

ご協力をお願いします

7月28日に熊本県熊本地方を震源とする地震が発生、最大震度7を観測しました。コープみやざきでは被災された方と被災地を支援するため募金に取り組みます。

募金期間・方法

【共同購入】

9月1回622号～10月1回627号(8月24日から10月2日まで注文)を予定。

注文番号 **624** 番で1口100円募金ができます。

【店舗】 9月30日(水)まで募金箱を設置します。

募金の送り先・活用方法

お寄せいただいた募金は、熊本県の生協を通じて全国の生協の募金と合わせて被災自治体への「義援金」、現地支援活動への「支援金」として活用される予定です。



夏になると、棚から引き出す絵本があります。

「ちいちゃんのかげおくり」(あまきみこ作)

影送りとは、地面の影をじつと見つめたあとと空を見上げると、残像として人影が空に浮かんで見える遊びです。

本作は、戦時中の町で空襲に遭い家族とはぐれてしまったちいちゃんが、ひとりぼっちのまま影送りの思い出に支えられながら家族を待ち続け、最後に空で家族全員に会えた、という話です。表紙には、つづらな瞳だけれど物憂げな表情のちいちゃんが大きく描かれています。

子どもが幼かった頃、布団に川の字になっての読み聞かせで、この季節に欠かさない本でした。読み進めながら私自身幾度も声をつまらせた絵本です。

子ども達は、とつづく大人になり孫もいますが、親しんだ本は、今も本棚に並んでいます。

幼い命の死と戦争の悲しさを静かに伝える物語。この夏も孫を私の膝に座らせ、平和への願いを託して、30余年前と同じように読み聞かせしました。

先日、表紙の趣がそっくりな絵本に気がしました。金子みすゞ作の『ぼしとたんぼ』。同じ上野紀子の絵です。ちいちゃんのお姉さんのような描かれかたです。

詩編を集めた中の表題作の最後のリフレイン。

「みえぬけれどもあるんだよ、みえぬものもあるんだよ」

味わい尽きない2作です。

(喜)(70代)

ご存じですか? 「やさしさ てらす」

登録制のカタログですが、今回(9月号)は共同購入をご利用
いただいているすべての組合員さんへお届けしています。

「やさしさてらす」は、食物アレルギーに
配慮した食品・乳幼児向けの食品・食べる
ことにお困りの方向けの食品・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。アレルギーについては、
「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。



「ふっくら米粉パン(スライス)」

夫が小麦アレルギーなの
で、米粉の商品が載っていて
助かっています。

延岡市の組合員さん

★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桁番号記入欄にご記入ください。

★1ヵ月保存版のカタログですので、全商品を毎週注文できます。

★カタログに記載のある6桁の注文番号を、注文用紙にご記入ください。
商品は通常の共同購入商品と一緒にお届けします。

お問い合わせは、共同購入商品の品揃え・使い方交流部

電話 0985-20-2115 (月曜～金曜 9:00～17:50)

総合職職員説明会・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職場です～

2027年4月に採用の
総合職(月給職)職員を
募集しています。



共同購入の配達やお店をはじめ、旅行や
住宅・共済などのお仕事や、商品開発、
仕入・情報システム・物流・総務・経理など
さまざまなお仕事があります。

日時：9月11日(金曜)

13:00～16:00

会場：コープみやざき本部

(宮崎市瀬頭2丁目10-26)

採用対象：2027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 ※既卒者については高卒の方も大歓迎です。

採用人数：6人前後

※募集は①共同購入 ②店舗 ③システムにかかわる部署

(ただし最初の2～3年は①または②に配属になります)

1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、

9月4日(金曜) 必着で、総務部へお送りください。

間に合わない場合は、総務部へお問い合わせください。

申し込み先：コープみやざき 総務部 電話 (0985) 32-1234

〒880-8530 宮崎市瀬頭2丁目10-26

※試験内容はWeb(SPI)・面接・グループワークとなります。

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。→



2026年10月5日(月)から日向市・門川町・美郷町に 11月9日(月)から小林市・えびの市・高原町 に配達エリアが広がります

コープ みやざき 夕食宅配



配達料込の価格
お届け時間の指定は
できません。

管理栄養士が
献立を監修

コープの基準で
熊本のメーカー
が製造

選べる4コース

月曜～金曜 まで、栄養バランスを考えた
日替わりのお弁当を 毎日お届けします。

① お弁当コース おかず4品+ごはん

適平均 ●塩分約2.8g
●500kcal 基準

1食あたり
565円
(税込 611円)
月曜日～金曜日の5日分
2,825円(税込3,051円)

ごはんも入っているから
お手軽



② おかずコース おかずのみ6品

適平均 ●塩分約3.4g
●400kcal 基準

1食あたり
630円
(税込 681円)
月曜日～金曜日の5日分
3,150円(税込3,402円)

「ごはんは自分で炊く」
という方におすすめ



③ 彩食八菜コース おかずのみ8品

適平均 ●塩分約4.2g
●500kcal 基準

1食あたり
795円
(税込 859円)
月曜日～金曜日の5日分
3,975円(税込4,293円)

いろんなおかずを
少しずつ



④ ミニおかずコース おかず4品

適平均 ●塩分約2.5g
●250kcal 基準

1食あたり
538円
(税込 582円)
月曜日～金曜日の5日分
2,690円(税込2,906円)

おかずコースでは
多すぎる方に



体調をくずして台
所に立つのが大変
だったので助かっ
ています。薄味で
体にもいいです。

宮崎市 S・S様



私が不在の間、家族
の食事が心配でした
ので助かりました。
また必要になると思
います。

宮崎市 A・S様

まずはお気軽にお問い合わせください

生活協同組合コープみやざき (受付/月～金 9:00～18:00)

地責支援課 0985-20-2110

配達地域 宮崎市 国富町 綾町 日南市 串間市
西都市 延岡市 都城市 三股町 児湯郡(西米良を除く)

見守り活動を兼ねてお届けしています

手渡し時に異変に気付いたり、保冷箱に前日のお弁当がその
まま残っていた際はお声掛け、もしくは登録していただいた
緊急連絡先にご連絡いたします。

暑い中でも丁寧にしていただき、 家族一同感謝しています

生協さんをお願いして良かったです!



塗装工事をどこに頼んで
良いかわからず、ずっと悩ん
でいました。思い切って生協
さんにお電話したところ、す
ぐに塗装屋さんが見えまし
た。

塗装屋さんは素人である私にわかりやす
く説明をしてくださり、安心しました。工事
中は職人さんの丁寧な仕事やはきはきと
した態度にも好感が持てました。いろい
ろと迷いましたが、生協さんをお願いして、
本当に良かったと思いました。

宮崎市の組合員さんより

定期的な塗装工事によって、
家の劣化を防ぐことができます。

塗装のチェックポイント

- ・色あせが目立ち、コケやノリが発生している。
- ・コーキングにヒビやカビが発生している。
- ・塗面を手の平でこすると手が白くなる。
- ・おおよその塗装の目安は以下の通りです。



屋根：約10年

破風・板金
3年～5年

外壁：約10年

●●● 暮らしの豆知識 ●●●

足場を組んだ時に外壁の点検もして貰いましょう



外壁の高い所の補修や、
目地のコーキングなどは、
急いで補修する必要がなけ
れば、塗装と一緒にされる
ことをお勧めします。どん
なに簡単な工事でも、高所
となると足場を組まなけれ
ばなりません。「工事代よ
りも足場代の方が高つく」ということもありま
す。余計な出費を抑えるためにも、塗装で足場を組ん
だ時に、他に悪いところがないか点検をしてもら
うと良いと思います。

お住まいのちょっとした修理や補修も
お気軽にご相談ください!!

お問い合わせ・お申し込みは、住宅センター

県内全域 電話 0985-29-5800 営業日 月曜～土曜

県北地区 電話 0982-33-6215 9:00～17:50