

“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 278,045世帯
県内全世帯に対する加入率 59.2%
一人平均出資金額 18,069円 (9月20日現在)



10月
629号 3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



ホームページ

好きなおにぎりの具

シンプルな

都農町の組合員さん(70代)

おにぎり、おいしいですね。私のおにぎりは塩とごまのシンプルなおむすびです。のりがあればもっといいかと思います。

混ぜご飯

西米良村の組合員さん(50代)

混ぜご飯タイプがいいので、ごま・梅の赤ジソ・ちりめんじゃこを混ぜたもの。炊き立てご飯なら塩むすび。温かいうちに食べます。

肉入りニラの油みそ

宮崎市の組合員さん(80代)

好きなおにぎりの具は、田舎の母から教えてもらった「肉入りニラの油みそ」をおにぎりの芯に入れて握って作るとおいしいです。豚肉は小さめに切って、ニラも小口切りにして炒めて、少し甘めのみそで練り上げてできあがりです。

転職して10日が過ぎました。職種には自分でも驚いていますが、子どもや友人も体力が持つのかと、それは心配させています。同業種を定年した友人からいろいろアドバイスを受け、何でも相談してね、と言われてます。初めてのことにメモ用紙もたくさん。毎日毎日、書きながら記録をもとに、また次の日に聴きながら焦らずやっていくしかないですね。あと10歳若



いま、わが家には「メダカすくい」ではなく「どじょうすくい」で取った3匹のどじょうがいます！元気に育って！

長男が夏休みで帰省していました。家族そろっての夕食は嬉しくなります。しかし、1番喜んでいたのは1番下の子です。兄が家にいることを私以上に喜んで

いま、わが家には「メダカすくい」ではなく「どじょうすくい」で取った3匹のどじょうがいます！元気に育って！

転職

延岡市の組合員さん
(60代)

私以上に

都城市の組合員さん
(40代)

山奥のわが家で、本当に遠い所も配達していただき感謝です。わが家の定番「ネギトロ風アレンジ」をお教えます。しびしさみを半解凍の状態でサイコロ状に切った後、細かくたたいてご飯にのせます。ネギ・卵黄・刻みのり・たれをかけて!!



ネギトロ風アレンジ

延岡市 Y・Tさん
(70代)

かつたら...と思ってしまうですが、縁あつての今なのでしよう。くじけずがんばります。

CO-OP共済ニュース



～10月はピンクリボン運動月間です～ 乳がんは唯一、自分で見つけられる「がん」と言われています！

まさか自分が乳がんになるとは思っていませんでした。最初はショックで何もできませんでした。手術、治療を頑張って今は元気になりました。

がんは早期発見・早期治療が何よりも大切だと言われました。
セルフチェックやがん検診などしっかりと行うことが大事ですね。

(宮崎市の組合員様)

乳がんは自己検診で見つけることができます。まずは毎月、自分で触診を！乳房エコーやマンモグラフィーなどの検診を併用し、早期発見を心がけましょう。「自分は大丈夫」「忙しくて時間が無い」などと思わず、自治体や職場の「がん検診」をきちんと受けましょう。

がん保障の相談やその他保障についてのお問い合わせは
地域責任者、各店舗サービスカウンターまたはコープみやざき 共済センター
電話 0985-29-3700 【月曜～土曜 9:00～17:50】へ

ピースアクションinヒロシマ・ナガサキに参加しました

主催 日本生協連・広島県生協連・長崎県生協連

8月4～6日のヒロシマ、8月7日～9日のナガサキで開催された「ピースアクションinヒロシマ・ナガサキ」にコープみやざきから組合員さんと職員が計12人参加しました。全国84生協からのべ4211人が集まり、原爆体験者や伝承者からの話、資料館の見学、ガイドさんの説明を聴きながら遺構の残る街歩きをしたりするなど平和について学びを深めました。

被爆者の「原爆に対する怒りを力に活動している」という言葉に81年間の苦しみ、苦悩など原爆、戦争の及ぼす影響、さらに平和の尊さを強く感じました。また持参した千羽鶴を、おかげさまで原爆資料館に納めさせていただきありがとうございました。9日の記念式典当日には平和公園・爆心地公園付近には、全国からの大勢の方々が集まり、犠牲者を追悼し平和への祈りをされている姿に感動しました。私がこの行事に参加させていただけたのは生協からの支援があったからです。同行してくださったみなさまにも感謝します。これから戦争・原爆の影響と共に平和の尊さを私なりに身近な人に伝えたいと思います。

(ナガサキ参加者 M・Kさん)

広島平和記念資料館
被爆者の遺品や被爆の惨状を示す写真や資料を収集・展示。この日も多くの見学者が訪れていました。



爆心地から約500mの池に建つ浦上天主堂。爆心地公園から天主堂まで歩き、浦上の街を見下ろす参加者。



原爆死没者慰霊碑の見学
はにわ型の慰霊碑中央に安置してある石室には原爆死没者名簿が奉納されています。

こう道

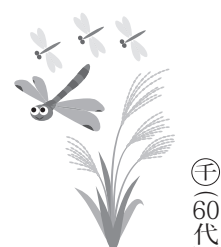
ふるさとーその1
ふるさととは、①生まれ育った土地 ②古くから馴染みの地、③精神的なよりどころ、を意味するそうです。みなさんのふるさととはどこですか、と約27万人のコープみやざきの組合員さんに尋ねたら、全国各地の都道府県は塗りつぶされ、海外の国名も出てくると思います。私にとってふるさととは、と考えてみたときに、いくつかの地名が出てくるので、それを数回に分けて書いてみたいと思います。

その一は、両親の仕事の関係で、小学1年生から3年生まで過ごした、五ヶ瀬町です。五ヶ瀬ワイナリーの駐車場、のすく近くに住んでいて、雄大な景色の中、きれいな空気を吸い、地域の方々や同級生と接し、のびのびと過ごしました。

雪が降り積もり、雪だるま・雪合戦・かまくらを作った思い出は、今でも心に残っています。

その当時、私のクラスは男子5名、女子17名、計22名の1学年1クラスでしたが、今は複式クラスになっているようです。

ニュースで五ヶ瀬町のこと が流れると、聴きいって、懐かしく思います。コープみやざきの事業や商品が届いて、お役に立っていることを願っています。



㊤ 60代

コープ委員会で楽しく交流しています！



赤江コープ委員会のみなさんと
地域責任者2名

「コープ委員会」楽しく開催しています！
職員の研修で、地域責任者の方が2名参加してくれました。一緒に試食したり、日ごろお話しできないことなど、楽しく交流できました。スマホの操作も教えてくれました。さすが20代はすごいね！

赤江コープ委員会のみなさん

2026年になって、日知屋・小松会・細野にコープ委員会が発足しました。北方・高千穂・美々津・吾田東・木城・潮見・宮崎西コープ委員会で、メンバーが増えました。

コープ委員会の意見

ふだんの暮らしの中の思いや、組合員さんからの意見をラベルに記入して理事会へ伝えます。

①「みんなに伝えたいうれしいこと」

「こんなことがうれしかった」「こんな活動をして、元気が出た」など、みんなに伝えたいことや、広めたいことを委員会で話し合って1項目に絞り、記入します。

ふたりの孫がフルーツ大好きなので、肥後グリーンを送りました。昨年はマンゴーを送りましたが、コープみやざきに依頼すると、品質のよい、きれいな品が届くので、安心です。今回も届いて、おいしいと言いながら食べてる「喜びの舞」の動画が送られてきました。こんなに喜ぶのなら、また送ってあげたいと思いました。(宮崎市／大宮東コープ委員会)

101歳を迎え、衣食すべてをコープみやざきの商品でまかなっている。カタログを何度も見返し、あれにしようか、これにしようか、値段も考えながら選んでいます。店頭でこんなに時間をかけて選ぶのも難しいし、こうして家にいながら買い物を楽しめる。ありがたいことです。(都城市／五十市コープ委員会)

「コープフラワー宅配サービス」を利用しました。色・入れてほしい花など希望を伝えてお願いしました。後日、届けた花の写真もコープみやざきから送られてきて、とてもきれいなアレンジフラワーで、感激しました(イメージ通り)。花を受け取った方からも、喜ばれて、また利用したいです。(宮崎市／住吉南コープ委員会)

コープ委員会
で出された声は、
毎月、冊子にま
とめて、コープ
委員さんに配布
しています。



ご希望の方には
配布します。地
域責任者または
お店のサービス
カウンター職員
に声をおかけく
ださい。

コープ委員さん募集中！

この記事を読んで、「私も参加してみたいなあ」とか「おもしろそうだなあ」と思われた方は、ゲスト参加も可能なので、お気軽にお問い合わせください。

事務局 田中 克典 電話 0985-32-1234 まで



事務局 田中克典

ピロリ菌検査

自宅で採尿
ポストへ投函
結果が届く！

ずっと気にしていましたが検査を受けてホッとしました！

田舎で育った私は、山から引いた水を飲んでいました。きっとピロリ菌がいるだろうと覚悟していましたが、生協のピロリ菌検査キットを利用した結果ピロリ菌はいませんでした。とても嬉しかったです。(日南市の組合員さんより)

尿を採って郵送するだけ
胃がん予防
ピロリ菌検査キット
5,478円(消費税別)
注文番号 070541

お申し込みは
10月12日(月曜)～10月16日(金曜)まで承ります
●共同購入の注文用紙に上記の注文番号と個数をご記入ください。
11月1週の共同購入の納品請求書にてご請求させていただきます。
●生活サービスセンターへのお電話0985-29-5800でも承ります。

コープクイズ

機関紙で毎月募集している
メッセージは、コープみやざきの
事業や運営に生かされています。
① なんでも ② 暮らしの ③ わたしの

●応募方法 しめくり 10月末日提出分まで

★回答用紙を切り取り、必要事項を記入して、地域責任者、またはお店のサービスカウンターでお渡しください。はがき(宛て先〒880-8530 コープみやざき にじのわコープクイズ係)、インターネット(https://www.miyazaki.coop)での応募も可。インターネットでは、お問い合わせ→クイズ・クロスワードへすむか、右の二次元コードからもおすすめです。
携帯メールでもご応募できます。
①お名前 ②組合員番号 ③クイズの答え ④希望賞品 ⑤なんでもメッセージ
を書き込んでください。写真付きでのおたよりもお持ちしています。
★なんでもメッセージには、「この商品、こんなふうに使っています」「私のちょっとした工夫」「生協の商品・サービスでよかったこと、提案・要望・意見」、イラスト、「私に欠かせないもの」などをお待ちしています。

★年代はご登録の情報に基づいて掲載いたします。
★正解者の中から、抽選で250人に
A. くらしの積立(500円)
B. かんたん料理集⑤(780円)をさしあげます。
当選者の発表は、Aは納品書での通知、Bは賞品のお届けをもって代えさせていただきます。

コープクイズ 2173号(8月分)の答え

☆答え①…① 確認
☆応募総数…851通 ☆正解者数…847通

10月にじのわ
コープクイズ
→機関紙運営部(10月末日)
♪なんでもメッセージ♪

答

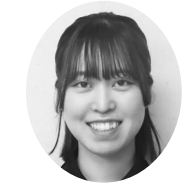
クイズの答えを記入後に
希望賞品を〇で囲んでください
A B
回答の方は〇、
いらぬ方は×を→()

市・町・村(受取場)

(氏名) 様 (組合員番号)

受付者サイン

※メッセージを紙面などで紹介する場合があります。その場合写真や名前、年代掲載にご協力いただけますか。○をお願いします。(写真可・下の名前可・イニシャルで可・名前不可/年代不可)

にじのわ編集担当
緒方

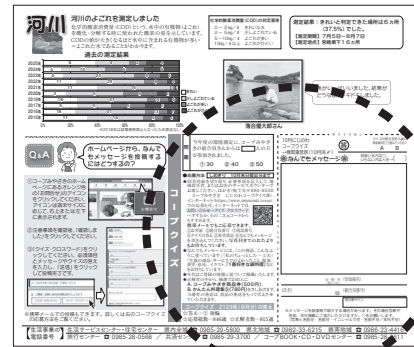
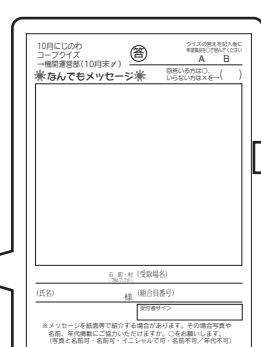
毎月、たくさんのにじのわ なんでもメッセージをお寄せいただき、ありがとうございます。メッセージは毎月約400～500通ほどお寄せいただいています。今回は、そのなんでもメッセージで寄せられるみなさんの声が、コープみやざきの中でどのような流れで、事業や運営に生かされているのかを紹介します。

にじのわの「なんでもメッセージ」は、どのように生かされているの??



① 組合員さん

まず、地域責任者やコープのお店で組合員さんからお預かりしたメッセージは、にじのわ編集担当へと送ります。



メッセージは、ホームページからも投稿いただけます。

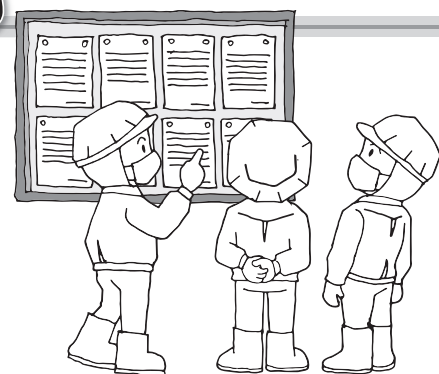


⑤ お取引先

・「よかったよ」の声は、商品開発の参考にしたり、今後の商品生産・製造の励みにしていただくため、お取引先へお届けしています。また、その声に対して、お取引先・メーカーさんからお返事をいただいた際には、商品本部を通じて声をお寄せいただいた組合員さんにお返しするようにしています。

・「こういうことはできないの?」の声は、実現に向けて検討していただきます。

お取引先・メーカーさんへも声をお届けしています!



「よかったよ」の声をお取引先へお伝えします。改善要望の声もお取引先にお伝えし、検討していただきます。

生産者さん・メーカーさんからお返事をいただくこともあります

② にじのわ編集担当



すべてのにじのわ「なんでもメッセージ」は、にじのわ編集担当が目を通し、メッセージの内容により、各部署に情報として渡します。この際、

回答が必要と判断したものは「よくするカード&よかったよカード&こんなふうに使ったよカード」に貼付して、ご意見内容を担当する職員へと渡します。また、広聴広報委員会の資料の1つとして、すべてのなんでもメッセージをコピーして冊子にまとめます。

※「よくするカード&よかったよカード&こんなふうに使ったよカード」とは「こうしてほしい」、「おいしかった」などの組合員さんがコープみやざきに伝えたいことを、なんでもご記入いただけるものです。この用紙に記入されたご意見・ご要望は、提出後2週間以内に必ず回答をお返しいたします。

全てのなんでもメッセージを、広聴広報委員会へ資料として渡します

各関係部署へ渡します

③ 理事会

総代会で選出された理事で構成されます。理事は組合員さんやコープ委員さんから聞いた身近な声を議論に生かします。理事会では組合員の代表として組合員さんの声を事業や運営に生かすための判断をします。また組合員さんからの「声」を持ち寄り、実現に向けて受け止め、検討します。

広聴広報委員会

理事や関係職員で構成する広聴広報委員会では、組合員さんから寄せられる「声」や職員の報告書などから、くらしの願いやコープみやざきへの期待をつかんで、より組合員さんのお役に立てるように、必要な事業提案を理事会へとおこします。

委員会では、寄せられたなんでもメッセージやハロー!コープ、生活事業のご案内へのメッセージなどの声も資料にして、委員さんたちがすべての声に目を通します。



なんでもメッセージを読んだ広聴広報委員会からのご意見を、各関係部署へ届けます

④ 共同購入・お店・生活サービスなど各事業部

各関係部署で、「なんでもメッセージ」に目が通されます。声の内容は商品・サービスの開発・改善などに生かされます。特に、よくするカードとして振り分けられた声は、各担当者が2週間以内に回答を行います。

組合員さんの声にお応えできた事例です。



「赤ちゃん戸配」を利用して、配達料が100円になっていますが、子どもが保育園に入る4歳くらいまで期間が延びるともって助かるなー、と思います。

これまでは、「赤ちゃん戸配」として生後1歳未満のお子様をお持ちの方は13ヵ月間配達料が毎週100円となるサービスを行っていました。しかしながら、上記のようなお声をいただいたことから配達料の減額期間を延長した「すくすく戸配」を今年度よりスタートいたしました。

お申込みいただけるのは、0～3歳までのお子様がいらっしゃる方で、適用期間はお子様4歳になるまでです。お申し込みや詳細が知りたい方は、地域責任者またはお近くの支所、もしくは地域責任者支援課(0985-20-2110 月～金 9:00～18:00)までお気軽にお問い合わせください。

ホームページやInstagramでも紹介しています。ぜひご覧ください。



佐土原店のキッズコーナーに絵本があると嬉しいです。あと、イートインスペースに赤ちゃん用の椅子とか...

キッズコーナーに絵本をとのご意見ありがとうございます。以前は、絵本なども置いていたのですが、コロナ禍以降、撤去した経緯がありました。コロナも落ち着き、現在は図鑑などを置いております。絵本なども徐々に増やしていきたいと思っています。

くつろぎコーナー(イートインスペース)に赤ちゃん用の椅子の設置については、現在設置しましたので、ご利用していただけたらと思います。



佐土原店絵本



佐土原店子供いす