

“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 277,953世帯
県内全世帯に対する加入率 59.2%
一人平均出資金額 18,070円 (10月4日現在)

にじのわ

11月 631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



ホームページ

にじのわのたよりに70代の方の「日記（にじのわ9月3回）」が載っていて、とても強く心に残りました。ほぼ毎日、短い日記を書いてる私ですが、これを英語にすれば少しは英語が身につく！とキラキラと星がまっただような気分になりました。毎日続けていたら、すこいすこい1週間にはいかなかったら、まずは始めてみようと思います。ありがとうございます。

門川町の組合員さん (60代)

星がまっただような

9月は娘の4歳の誕生日でした。幼稚園のお誕生会では、スキップで登場のはずが「みんなに見られるのが恥ずかしい」とのこと、先生に手を引かれてウォーキング……。これもまた成長です。

宮崎市 S・Gさん (30代)

これもまた

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を送ることができます。
にじのわメールアドレス
niji@miyazaki.coop

愛でながら

都城市の組合員さん (70代)

いつものウォーキングコースの堤防に真っ赤な彼岸花が咲き乱れ、春は菜の花が咲き、いつも愛でながら楽しんでいきます。



そろそろ

宮崎市 Y・Nさん (50代)

過ごしやすくなってきたので、コープ商品をたくさん食べられるように、そろそろ運動を再開しようと思っています！

オカリナ

高鍋町 N・Kさん (70代)

みやざきオカリナフェスティバル♪久しぶりにコンサートへ行ってきました（西都）。秋らしくなっても気持ちよく聴きいってしまいました。オカリナ初めてでした。音色がきれいでしたよ。



インフォメーション

2026 家事家計講習会

食えること、着ること、暮らすことのちよいどいいは家計簿から

- ◆日程：11月10日・11日・12日・13日
- ◆参加費：資料代400円、13日はオンライン参加の場合200円
- ◆申し込み：右記二次元コードから
- ◆お問い合わせ：宮崎友の会 電話 090-5296-5025 (古川)



《訂正とお詫び》

にじのわ10月2回(628号)に掲載されました「職員採用案内」内の、給与変更日が間違っておりました。訂正してお詫び申し上げます。誠に申し訳ありませんでした。

誤) 2027年12月から
↓
正) 2026年12月から

自分を大切に

宮崎市 Y・Sさん (60代)

子どもたちの写真を整理し、いろいろなことを思い出し涙。自分を大切に1日を!!子ども・孫が元気なのが救いです。乗り越えます。

生協いきいき健康ウォーク in 綾

参加費無料

主催：コープみやざき・宮崎医療生協 後援：綾町

- 日時：11月14日(土曜)
10:00~12:00(予定) 受付:9:30~
※ゴール後自由解散。
※雨天の場合は中止です。
- 集合場所：綾町 綾馬事公苑 花時計前広場
- 募集人員：150人
- 参加対象：組合員さんとそのご家族・親戚・友人など、どなたでも参加できます。
- 申込方法：参加申し込み書を、共同購入地域責任者または店舗サービスカウンターへご提出ください。左の二次元コードからも申し込めます。または、コープみやざき機関運営部へお電話ください。
機関運営部 電話 0985-32-1234
(月曜~金曜 9:00~17:50)
※参加申し込み受付後、11月6日(金曜)までに代表の方へ詳しいご案内を郵送いたします。
- 申込締切：10月30日(金曜)



スマートフォンからも申し込みできます。こちらを読み込んでください。



ウォーキングコース

- 約2km 馬事公苑周辺



馬事公苑を1周します

- 約5km 馬事公苑・街中水路・綾神社周辺



水路沿いを歩きます

- 約7km 馬事公苑・綾北川堤防・自然休養村運動公園・街中水路・綾神社周辺



綾北川にかかるつり橋を渡ります

※5km・7kmコースの後半、登り坂があります。
※コース途中の休憩時間は設けていません。
参加者自身でおとりください。

『生協いきいき健康ウォーク』参加申し込み書

提出締め切り 10月30日(金曜)

定員になり次第締め切らせていただきます。

申し込み者代表	お名前				
	組合員番号				
	電話番号	自宅 () -			
		携帯 () -			
	参加者氏名	間柄	歩くコース		
			km		
			km		
			km		
			km		
			km		
			km		
			km		

合計 () 人 →機関運営部 行

キリトリセン

この歳で「歯医者さんが怖い」と言ったら笑われそうですが、本当に苦手で、ずいぶんところ、歯茎にばい菌が入ったようで痛くなってしまう、意を決して治療に通うことにしました。

これまで「細かいところまで磨ける歯ブラシがカタログに載ってるよ」と聴くとそれを使い、歯磨き粉も値段が少しお高めだけれど効果の高そうな物を選んで、悪くならないようにと努力していました。

どうしてこんなに苦手になったかと考えると、子どもの頃の記憶にあります。田舎に住んでいたため、遠く離れた歯科医院に行き、虫歯を抜かれて痛み止めが切れたのか、泣きながら歩いて帰った覚えがあります。50年以上前のことですが、もしかしたら同じような経験をした方もいらっしゃるかも。今の言葉でいうと「トラウマ」でしょうか。

ところが、今回通うようになった歯医者さんでは、みなさん優しく接してくださって、治療の丁寧な説明や言葉かけにとても安心しました。不安な気持ちに寄り添ってもらえるって嬉しいものです。こんなことなら、もっと早く行くべきでした。今回、あちこちに虫歯や不具合が見つかりましたので、これから長くなる治療をがんばります。

(60代)

co-op

住所や電話番号が変わる時は……生協の登録の変更手続きをお忘れなく。【連絡先】総務部 ☎ 0985(32)1234 (月曜~金曜 9:00~17:50)

ふるさと宮崎から全国にお届けします

全国送料込み お歳暮

今年も1年間の思いを込めた「ありがとう」を贈る時期がやってきました。宮崎ならではの商品を中心に、贈って喜ばれる商品を取り揃えました。

注文用紙に前回利用した分のお届け先、品物が印字されていることもとても助かりました。家を空けている母からの頼まれごとに、任務遂行できました。



(昨年お歳暮を利用された延岡市の組合員さん)

昨年のお歳暮人気ベスト10

- 1位 お肉屋さんのポークステーキ
- 2位 ポンカン
- 3位 宮浦産ボンカン
- 4位 宮崎牛ウデすき焼き用
- 5位 国産若鶏チキン南蛮セット
- 6位 さつま揚げ詰合せ 木箱セット
- 7位 馬渡のもっちり餃子
- 8位 農村協働工舎オリジナルギフト
- 9位 数の子松前漬けセット
- 10位 日向夏みかん

※2025年お歳暮でご注文の多かった順

注文期間：10月26日(月曜)～12月11日(金曜)
発送期間：12月 1日(火曜)～12月22日(火曜)

※一部商品を除く

コープのお店では、同じカタログで12月11日(金曜)まで承ります。

※詳しくは、今週のカatalog11月1回(631号)に入っている案内をご覧ください。

お歳暮を受け取った方から喜びの声が寄せられました！

お肉屋さんのポークステーキ
おいしくいただきました

とてもやわらかく、おいしくいただきました。味噌だれがしつかり染み込んで、ほどよくおいしかったです。

【石川県の方】



宮崎牛ウデすき焼き用

やわらかくて甘みもある

お正月に食べましたが、どこの和牛よりもやわらかくて甘みもあって最高においしかったです。

【大阪府の方】



ボンカンが楽しみ

この時期は毎年、家族が送ってくれるこのボンカンが楽しみです。毎日おいしくいただいています。

【神奈川県の方】



ボンカン

やっぱり宮浦産のボンカン

宮崎に住む妹よりおいしいボンカンが届きました。どの柑橘類よりもやっぱり宮浦産のボンカンはおいしいです。とてもきれいでした。ありがとうございました。

【愛知県の方】



宮浦産ボンカン

お歳暮はインターネットで24時間ご注文できます

※お酒のご注文はできません。※注文期間は10月26日(月曜)から12月13日(日曜)まで承ります。

コープみやざきホームページ

<https://www.miyazaki.coop>



スマートフォンの方は
こちらから！



二次元コード

- インターネットショッピングでのご注文は、コープみやざきにご加入いただいているすべての組合員さんにご利用いただけます。
- インターネット注文利用登録を行なってからご利用ください。
- これまでコープみやざきのお中元・お歳暮をご利用の組合員さんは、ご依頼主・お届け先の情報が選択できるようになっていますので、簡単にご注文いただけます。
- お支払いについて
 - ・共同購入を登録中の組合員さんは、ご注文商品を発送し着荷確認後に、共同購入の納品書にて請求させていただきます。
 - ・共同購入を登録されていない組合員さんは、コープみやざきの店舗で事前に代金のお支払いが必要です。お支払いを確認後に発送の準備をいたします。詳しくはコープみやざきより、直接ご連絡させていただきます。
 - ・コープみやざきの「くらしの積立からのお支払い」もご利用いただけます。
 - ・クレジットカードでのお支払いもできます。

インターネットでは メッセージを添える ことができます！

インターネットでのご注文に限り、のしに一言メッセージを添えて贈ることができます。126文字までと制限がありますが、ありがとうの気持ちを込めて贈られる一品に、さらに感謝のメッセージを添えてみませんか？

〇〇様
今年もあっという間に年末を迎えますが、いかがお過ごしでしょうか？心ばかりですが、お歳暮の品をお送りしました。寒い日が続きますが、お体を大切に1年をお迎えください。〇〇より

商品代金に含まれている送料について

同じ注文の時に、同じ場所に、同じ商品を複数個ご注文いただいた場合には、送料分の値引きとして一律500円を後日「くらしの積立」へ返金します。

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

大切な人に贈りませんか？ 世界でたった一冊の絵本

“クリスマスプレゼント”におすすめ！
パパ・ママが感動される方も・・・

絵本 『とっておきのプレゼント』



名前入りは特別感があります！

孫に贈った絵本ですが名前入りは特別感があり、本当にGoodです。まだ字は読めませんが、絵本を読むと自分の名前にしっかり喜びます。自分が主人公の絵本！ということも分かってきています。

(ご利用された組合員さんより)

だれもが主人公となって物語が展開するオーダーメイドの絵本です。大切な人へのプレゼントにご利用ください。

絵本のページを
めくると・・・

〇〇ちゃんにも サンタクロースのおてつだいができるよ。せかいじゅうのこどもがしあわせになれるためのおてつだいだね。なに、かんたんかんたん！〇〇ちゃんのまわりの〇〇くんや〇〇ちゃんにやさしくしてくれればいいんだ。

(一部抜粋/申込書に記入したお孫さんや兄弟の名前が〇〇に入ります)

各絵本：組合員価格 **3,971円** (税込)
(35ページ 縦266mm×横217mm)

まずは詳しい資料をご請求ください。

資料請求
番号 **367781**

「世界でたった1冊の絵本」を制作している「あったか絵本屋」の甲斐さんが、1冊1冊の絵本を制作するにあたっての思いなどを語っている【YouTube動画】があります。右の二次元コードから観ることができます。よかったらご覧ください。



生活サービスセンター

電話 **0985-29-5800**

(月曜～土曜 9:00～17:50)