



東金センター
メールはこちら

＊この記事に記載のイベントについて＊

★参加費無料★お申し込み状況により追加募集あり。

★お申込み多数の場合は、抽選になる可能性があります。予めご了承ください。

★お申し込みの際にお預かりした個人情報、受付名簿、連絡、会議・催し等の適切な運営のために限定して利用します。

お問合せ・・・ TEL:0120-867-518(月～金 9:30～14:30) FAX:0475-53-6102

MAIL togane-kumikatsu@pal.or.jp <東金センター活動スタッフ>



オンライン de
パルシステムのつどい

東金 7 月 ① 夏野菜をおいしく食べよう
手軽でおいしい旬野菜のレシピ♪

暑い夏を乗り切るために、太陽の光をたくさん浴びた元気な夏野菜を食卓に取り入れませんか？夏バテ対策にたくさんのお野菜を食べましょう♪今回は代表的な夏野菜を使って調理時間が短く簡単に作れるレシピを紹介します。お野菜のお話やおいしく食べける保存法も紹介しますよ♪

◆日 時: 7 月 15 日 (火) 10:30～12:00

◆開催方法: ZOOM によるオンライン開催

◆講 師: PLA(パルシステム・ライフアシスタント)内田 良子さん

◆募 集: 20 人程度

◆応募〆切: 6 月 29 日(日) ※電話申込みは 6/30(月)12:00 まで 申込み用二次元コード

※応募いただいた方全員に 7 月 3 日(木)までに当落の結果をお知らせします。



実開催 de
パルシステムのつどい

東金 7 月 ② [夏休み企画] 自分だけの
手作りタイルコースターを作ろう♪

夏休みに「ものづくり」の楽しさを体験しませんか？好きな色や形のモザイクタイルを選んで思い思いの柄のコースターを作りましょう♪お子さんでも気軽に楽しめます。長～い夏休みがあると助かる!!パルシステムの軽食の紹介や「焼きおにぎりバーガー」の試食もありますよ♪親子でももちろん大人お一人でのご参加でもOKです。

◆日 時: 7 月 24 日 (木) 10:30～12:00

◆場 所: 東金センター 会議室 (東金市丘山台 1-12-1)

◆募 集: 12 人程度

◆保 育: あり(チーパス掲示で 500 円→200円)

◆持 ち 物: エプロン・タオル・飲み物 など

◆応募〆切: 7 月 6 日(日) ※電話申込みは 7/7(月)12:00 まで 申込み用二次元コード

※応募いただいた方全員に 7 月 10 日(木)までに当落の結果をお知らせします。



※マスクの着用は個人の判断となります(調理企画を除く)。予めご了承ください。引き続き、手指消毒および体調が優れない場合は参加を見合わせていただくなど、安全な企画運営にご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

～東金センターつどい報告～

5/13(火)パルブレッド直伝！楽しく♪おいしく♪パン作り体験
参加者の声をご紹介します♪

国産小麦の使用、添加物になるべく頼らないパルシステムのパンについて理解しました。安全・安心な食品を求めていると思います。(70 代)



花見糖に使う国産さとうきびがとても貴重だということ、国産材料でおいしく安全なパンを作っているという事がよく分かりました。こだわりの材料の生地とても、もちもちしていておいしかったです。(60 代)



とても楽しかったです。パルブレッドさんのこだわりに感動しました。添加物へのこだわりでパルシステムに加入しました。このような取り組みが本当に貴重で素晴らしいと思います。応援しています。今日はありがとうございました。(50 代)

皆さんもぜひパルシステムのつどいにご参加ください♪

☆東金センターからのクイズです☆

さまざまな料理に使えるパルシステムの「使えるカレー・中辛」。さっと溶けるフレークタイプなので必要な分だけ取り出せて便利です。またほどよい辛さと味わいを出すためにスパイスを使っていますが、使われているスパイスは何種類でしょうか？

A : 5 種類

B : 50 種類

C : 20 種類

※正解した方の中から、抽選で 5 名の方にパルシステムの商品をプレゼント！

回答は下記の用紙または、メールで受け付けています。みなさんからのご応募お待ちしております！

キリトリ

東金センター 活動スタッフ 行き

〆切: 6 月 20 日(金)

答え

組合員番号

お名前

※クイズの答え、つどいに対するご意見 & ご要望等をお寄せください。メモ用紙などに記入の上この宛先ラベルを切り取って貼り、配送担当にお渡しください。

発行: パルシステム千葉 東金センター