

わたぼうし6月号

片付け上手になれる講座 ～基本編～

片づけたい、片づけられない、でも片づけたい！

今回は片付けの基本の基本を教えてください。

片づけられない原因と解決方法を教えてもらえばきっと片付け上手になれますよ！

講座の後に組合員のみなさんからご提供いただいたフードライブの仕分け作業のご協力を

お願いします。作業の後はみんなでティータイムです。



開催日時: 7月8日(火) 10:30～12:30 (10:15～受付開始)

会場: 松戸センター 2階 会議室

交通: 新京成線「くぬぎ山」駅下車・徒歩 10分

※公共の交通機関をご利用ください

講師: パルシステム千葉家事支援事業部 時待さん 参加人数: 20名 参加費: 無料

保育: あり(1人 500円、チーパス提示で 200円)※一緒に参加はできません

※切: 6月20日(金)(お電話は 15:30まで)。6月27日(金)までに当落の結果をお知らせします。



親子で作ってみよう！お料理セット

簡単！早い！おいしい！以外にも魅力がたっぷりなパルシステムのお料理セット。

お子さんのお料理デビューにもぴったりのお料理セットを親子で調理してみませんか？

食品ロスについても楽しく学ぶことができるので夏休みの自由研究に役立つかも！？

※食品ロスのお話は小学3年生以上を対象にしています。



開催日時: 7月23日(水) 10:30～13:00 (10:15～受付開始)

会場: まつど市民活動サポートセンター(松戸市上矢切 299-1) 2階 調理室

交通: JR・新京成線「松戸駅」西口から京成バス1番「市川駅」行き、バス停「浅間台」下車。向かい

JR「市川駅」北口から京成バス1番「松戸駅」行きバス停「浅間台」下車

※公共の交通機関をご利用ください

講師: 地域活動運営スタッフ 参加人数: 小学3年生以上の親子8組 参加費: 無料

保育: あり(1人 500円、チーパス提示で 200円)※一緒に参加はできません

※切: 6月27日(金)(お電話は 15:30まで)。7月4日(金)までに当落の結果をお知らせします。



松戸センター 地域情報紙

パルシステム千葉の組合員活動、事業、地域コミュニティにかかわる活動をお知らせする情報紙です。

発行日: 2025年6月9日(月) 発行元: パルシステム千葉 松戸センター

お申込み、お問合せは、各記事の連絡先、お申込み二次元コードをご利用ください。

★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。

掲載している二次元コードにつきまして、お使いの機種やご利用の環境などの理由により、読み取れない場合がございます。その際はお手数ですが、メールまたはお電話にてお問合せ・お申込みください。

ご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

オンライン de パルシステムのつどい

タルタルソース 七変化！？



魚介のフライ、からあげ、野菜のディップなどに、いろいろな料理にあいますよね！

今回は基本のタルタルソースを作ってからプラスワンの食材を追加してオリジナルの「タルタル

ソース」を作ります。どんな料理に合うかは当日のお楽しみです！

タルタルソースに欠かせない「産直たまご」のお話もあります。

ご家族での参加也大歓迎！アレンジタルタルで休日のランチを一緒にいかがですか？



開催日時: 7月19日(土) 10:30～12:00 (10:15～受付開始)

講師: PLA 榎本さん 参加人数: 20名 参加費: 無料

※切: 6月27日(金)(お電話は 15:30まで)。7月4日(金)までに当落の結果をお知らせします。

つどいのお申し込み・お問い合わせはこちら

生活協同組合パルシステム千葉 松戸センター(松戸市松飛台 273-1)

TEL: 0120-861-018(月～金 9:30～15:30)

※上記電話番号は、「わたぼうし」パルシステムのつどいの申し込み・問い合わせ専用ダイヤルです。

当落結果の連絡もこの番号からおかけいたします！

メール: matsudo-kumikatsu@pal.or.jp(24時間) 担当: 地域活動運営スタッフ

～パルシステムのつどいにお申し込みされる際には以下をお知らせください～

- ① イベント名
- ② お名前
- ③ 年代
- ④ 組合員番号
- ⑤ 日中連絡が取れる電話番号
- ⑥ 保育希望の場合はお子さんの名前(ひらがな)・性別・生年月日・保育経験の有無・オムツの有無(月齢4ヶ月のお子さんから保育をお受けします。)

※一緒にご参加希望の方がいらっしゃる場合は、お申し込み時にお知らせください。

【感染対策について】

※参加者・職員のマスク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、手指消毒にご協力をお願いいたします。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。

赤ちゃんのための食育講座 ★オンライン赤ちゃんカフェ★



「離乳食って何をどれくらい食べさせるの?」「うちの子、あまり食べてくれない…」など、ギモンや悩みが多い離乳食。「赤ちゃんカフェ」では PLA による離乳食の基本のお話やパルシステムの離乳食食材の紹介のほか、参加者や先輩ママとの交流タイムもあります。悩みを解決して、離乳食の時期を楽しく過ごしましょう♪

これから離乳食が始まる方、離乳食初期の方におすすめの内容です。

- ◆日時:7/2(水)10:30~12:00
(11:30~12:00 は退室自由のおしゃべりタイム)
- ◆定員:8名(応募多数の際は抽選)
- ◆参加費:無料
- ◆参加方法:Zoom
(ご自宅からご参加下さい)
- ◆お申込み:6/28(土)正午
(申込者に 6/30(月)までに連絡します)

お申込みは
こちら▶



*参加者に
「離乳食はじめてBOOK(お試し版)」をプレゼント!



お問い合わせ:047-420-2605(月~金 9:00~17:00) メール:palchiba-katsudo@pal.or.jp 組合員活動推進課

<子育てオンライン座談会>

一雨の日や暑い日の親子うち時間、
みんなどう過ごしてる?—



雨の日が続く梅雨時は、お子さん連れでお出かけがしづらくなりますね。雨や暑さが続くこれからの季節、おうちの中で親子でどんな風に過ごしているのか、みんなでおしゃべりしませんか。
過ごし方のヒントがほしい方はもちろん、「こんな風に過ごしているよ!」というアイデアをお持ちの方も、ぜひご参加ください!



- ◆日時:6/16(月)13:30~15:00
- ◆定員:8名(応募多数の際は抽選)
- ◆参加費:無料
- ◆参加方法:Zoom

お申込みは
こちら▶



*参加者には後日、お菓子と飲み物をお送りします。

〆切:6/14(土)正午
応募いただいた方全員に6/14(土)までにご連絡します

お問い合わせ:047-420-2605(月~金 9:00~17:00) メール:palchiba-katsudo@pal.or.jp 組合員活動推進課

お米 スイッチ

7月パルシステム千葉で開催予定の
オンライン de パルシステムのつどい



ご自宅から参加できるオンライン企画。遠くても、気になるテーマ、参加できる日時がマッチすればご応募ください!お申し込みは、二次元コード→パルシステム千葉ホームページから簡単にできます。会場開催もオンライン開催も、全センターの企画がご覧いただけます。※参加定員がある企画は、主催センター優先で抽選とさせていただきます。



悪天候や自然災害などの諸事情により、ご案内のパルシステムのつどい、1P,2P 掲載の企画が変更・中止になる場合があります。あらかじめご了承ください。

食・調理	~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	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、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♪	7/15 (火)	10:30~ 12:00	東 金	6/29 (日)
	タルタルソース七変化!?	今回は基本のタルタルソースを作ってからプラスワンの食材を追加してオリジナルの「タルタルソース」を作ります。どんな料理に合うかは当日のお楽しみです!	7/19 (土)	10:30~ 12:00	松 戸	6/27 (金)
子育て	みんな大好き!チョコチップ メロンパンを作ろう♪	チョコチップメロンパンを作ってみませんか?小さなお子さんでも簡単に作れます♪パルシステムのたまごのお話もあります。	7/29 (火)	13:30~ 15:00	柏	6/20 (金)
くらし	利用するメリットとデメリットを 知ろう!キャッシュレス決済と の付き合い方	今後もキャッシュレス決済の普及が進んでいく中でメリットとデメリットを知り、セキュリティ視点で気を付けるべきことを学びます。	7/11 (金)	10:30~ 12:00	稲 毛	6/22 (日)
	男性にもおすすめ♪ ユニセックス企画★ ヨガでストレス&肩こり解消!	ヨガのメリットや効果に男女は関係ありません♪休日午前にヨガでリラックスしませんか?	7/21 (月・祝)	10:00~ 11:30	印 西	6/20 (金)

<あそびの広場>



「保育の会 にこにこ」の先生と一緒に、手あそびやふれあいあそびをします。会場開催とオンライン開催があります。親子時間を一緒に過ごしませんか。お気軽にどうぞ♪

会場開催

親子で読み聞かせやふれあいあそびをします。
お友だちを誘って遊びにきてね♪



- ◆日時:6/26(木)10:30~12:00
- ◆参加費:無料 ◆申込み:不要
- ※直接会場にお越しください。
- 時間内は入退室自由。
- 11:00 ごろまでに入室してください。
- ◆会場:パルひろば☆おたかの森
(流山おたかの森駅 徒歩5分)

みんなでうちわを
作ります♪



お問い合わせ: 0120-868-664 (月~金 9:00~17:00)
メール:palhiroba-ootaka@pal.or.jp パルひろば☆おたかの森

オンライン

ご自宅から気軽に参加できます♪
ハンカチ遊びをします。ハンカチをご用意ください。



- ◆日時:7/3(木)10:30~11:10
- ◆定員:10組(応募多数の際は抽選)
- ◆参加費:無料
- ◆参加方法:Zoom
(パソコン、タブレット、スマートフォンで
ご自宅からご参加ください)



〆切:6/28(土)
※応募いただいた方全員に7/1(火)までにご連絡します。

お問い合わせ:0120-31-8686(月~金 9:00~17:00)
メール:palhiroba-chiba@pal.or.jp パルひろば☆ちば