



ピーちくぱーちく

2025年度 7月号

Zoom

オンラインのつどいは
Zoom を使います。こ
ちらからダウンロード
してご準備ください。



▲Google Play ▲App Store

参加の際の
お願い

- ◇ 体調が優れない場合は参加をご遠慮ください
- ◇ 調理企画以外では、マスクの着用は個人の判断となります。
- ◇ 引き続き、感染干し対策へのご理解・ご協力をお願いいたします。

パルシステムのつどい
会場開催

思わず夢中になる!?

面白いほど為になる* 食育の話

普段の食事の栄養バランス気になりませんか。意外!な栄養の話親子で聞いて、お子さんが自分で考えて組み立てる、ロールサンド作りを体験してみませんか。栄養の偏りに気づいて自分で足し引きする…選ぶ力を身に付けることが期待できる内容です。

プログラム
(予定)

- ◇ 栄養のお話
- ◇ ロールサンド作り
- ◇ 試食交流



日時：8月1日（金）11：00～13：00（予定）

会場：習志野センター2 階会議室 *駐車場あり

募集：親子8組（小学生以上が対象です）

参加費：無料

保育：あり（4か月以上のお子さん一人500円、
チーパス提示で200円）

講師：DOU なっつ 渋井 友美さん（自主的活動グループ）

〆切：7月18日（金）



- * ご応募いただいた方全員に7/24（木）までに当落の結果をお知らせします。
- * 悪天候や自然災害などの諸事情により、変更や中止になる場合があります。

オンライン de
パルシステムのつどい

暑い夏にもツルっとおいしい そうめん* つけつゆアレンジ♪

暑い夏にはツルっとおいしい冷たいそうめん！食べたくなりますよね。シンプルなつけつゆもおいしいけど、親子で作れる簡単つけつゆアレンジで、あっさり派もこってり派もお好みの味を見つけてみませんか。まだまだ続く暑い日に、もっとそうめんを楽しみましょう♪



プログラム
(予定)

- ◇ パルシステムの商品づくりについて
- ◇ つけつゆアレンジのデモ

日時：8月20日（水）10：30～12：00（予定）

募集：20名

参加費：無料

講師：内田 良子さん（パルシステム・ライフアシスタント）

〆切：7月18日（金）



- * ご応募いただいた方全員に7/24（木）までに当落の結果をお知らせします。
- * 悪天候や自然災害などの諸事情により、変更や中止になる場合があります。

6月イベントレポート

井村屋(株)学習会 産直小豆のおいしい秘密



6/4（水）オンラインのつどいで井村屋さんの「産直小豆ゆであずき」の学習会を開催しました。小豆の栽培や製造過程など製品のこだわりや、小豆の栄養などをわかりやすく教えていただきました。簡単レシピのご紹介もあり、みんなで調理試食もほっこり楽しい時間でした。

パルグリーンファームのオンライン農場見学と 小松菜たっぷりランチ♪

6/20（金）プラッツ習志野で産直青果の学習会とパルグリーンファームのオンライン農場見学会を開催しました。PLAの寺崎さんからは、産直提携産地や産直が目指す四原則についてなど、わかりやすくお話ししていただきました。オンライン農場見学では、椎名農場長にお越しいただき農場とオンライン中継をつなぎ、内外の圃場や作物の様子など、色々なご案内がありました。調理実習では、パルグリーンファームの小松菜を使って「菜めし・小松菜の蒸しケーキ・小松菜スムージー・なめこと小松菜のおひたし・豚肉と小松菜の南蛮炒め・小松菜とハムの春雨スープ」を作り、小松菜たっぷりランチを堪能しました。



遊びに来てね♪ 親子で楽しむ*人形劇

人形劇ドロップスがやってきます。夏休みの思い出に親子で楽しい時間を過ごしましょう。
小学校低学年対象ですがどなたでもご参加いただけます♪大人の方のみでも大歓迎です！

◆日 時:8/19(火)10:30~12:00
◆会 場:パルシステム千葉・稲毛センター
(千葉市稲毛区長沼町337-1あり)

◆参加費:無料
◆募 集:小学生低学年親子20組
◆切 込:7/27(日)

※応募者全員に8/1(金)までに当落結果をお知らせします。

お問い合わせ:0120-863-218 (月~金 9:00~14:30)
メール:inage-kumikatsu@pal.or.jp / 稲毛センター



私たち人形劇ドロップスは
手作りの人形や大道具を使って
生ビブ/とともに
人形劇を披露しています

* 予定演目 *

紙芝居 ... 「おります のります チンチんでんしゃ」
人形劇 ... 落語のお話「平林」
昔話「大工と鬼六」 他手遊びなど

男性大歓迎!! 女性もちろん! どなたでも!

おいしい餃子*伝授します

得意になれたら嬉しい本格的な餃子、パルシステムの調味料で作る旨味たっぷりのおいしい餃子を家庭料理アドバイザーの斎藤ひと美さんに伝授してもらいます。男性も女性も、ご家族での参加も大歓迎です♪

◆日 時:8/30(土)10:30~12:30
◆会 場:パルひろば☆ちば
千葉市中央区新町 18-10 第一生命ビル 1F
(JR・京成千葉駅より徒歩5分/駐車場なし)

◆定 員:16名 (応募多数の際は抽選)
◆参加費:無料 ◆切 込:7/28(月)
◆保育:あり(チーパス提示で200円)
※応募者全員に8/1(金)までに当落結果をお知らせします。



お問い合わせ:0120-863-218 (月~金 9:00~14:30) メール:inage-kumikatsu@pal.or.jp / 稲毛センター

商品伝えるサポーターがオススメする<今月のイッぴん!> 「お料理セット」

「パルシステムのつどい」でお料理セットを調理したことがきっかけで初めて使ってみたところ、短時間で仕上がり、とても便利だと感じたため注文するようになりました。私のおすすめは監修シリーズ。特に「重慶飯店監修 鶏肉とカシューナッツ炒めセット」がお気に入りです。添付のたれは自分では作れない独特のコクと味わいが感じられておいしく、野菜はカット済み。レシピ通りに作るだけで老舗の味がさっと完成するのでお気に入りです。

<商品伝えるサポーター S・F さん>



「重慶飯店監修・鶏肉とカシューナッツ炒め」
7月5回(コトコト・きなり) 特別価格 1,045円(税込 1,129円)

このコーナーではサポーターグループ「商品伝えるサポーター」がおすすめの商品をご紹介します。

商品の次回企画・価格の変更となる場合があります。お問い合わせ:047-420-2605 メール:palchiba-sapo@pal.or.jp

<アーカイブ配信のお知らせ> 5/27(火)東金センター 「サラダだけじゃもったいない プロが教えるドレッシング活用術♪」

ドレッシングはサラダにかけると以外にも、いろいろな料理に使えるんです！今回は「深煎りごまドレッシング」などでおなじみのメーカーを講師にドレッシングの便利な活用法を教えてください。

お申込みは
こちら▶



視聴希望の方は左の二次元コードから お申込みください。
お申込みいただいた方には、視聴用 URL を記載したリターンメールをお送りします。
※申込切:7/25(金)



お問い合わせ:047-420-2605 (月~金 9:00~17:00) palchiba-katsudo@pal.or.jp 組合員活動・コミュニティ政策推進部

お米 スイッチ

8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。

	企 画 名	内 容	開 催 日	時 間	場 所	切 込
食・調理	ホットケーキミックスで簡単！ 楽しいちぎりパン作り♪	ホットケーキミックスを使ってちぎりパンを作ります。ヨーグルトやお好みの材料を混ぜて自由にトッピングしてお家で楽しく一緒に作ってみませんか？	8/5 (火)	10:30~ 12:30	千葉	7/18 (金)
	暑い夏にもツルツとおいしい そうめん*つけつゆアレンジ♪	夏に大活躍のそうめんをおいしく食べられる「つゆ」のアレンジレシピをご紹介します。	8/20 (水)	10:30~ 12:00	習志野	7/18 (金)
メー カ ー	親子工場見学 みんな大好き！産直小麦の鶏が ら醤油らーめん&ギョーザの皮	信越明星株式会社さんの工場をオンラインで見学します。家族みんなで楽しめちゃう工場見学へ Let's go!	8/21 (木)	13:30~ 14:30	印西	7/18 (金)
子 ど も	夏休み企画！科学実験教室	クロマトグラフィーやソーダ作りをします。親子でワクワク楽しんで学んでください。	8/7 (木)	10:30~ 12:00	野田	7/27 (日)

<子育てオンライン座談会>

—夏休みの読書感想文&読書、
今年はどんな本にする？—



もうすぐ楽しい夏休み！その反面、親としては気になるのが学校の宿題。とくに読書感想文には親子で頭を悩ませられる家庭も多いはず。どんな本を選べる？どこまで親がサポートする？書き方のコツは？など、みなでおしゃべりしましょう！読書感想文の宿題がないご家庭も、お子さんの読書の参考にぜひ！先輩ママたちのアイデアもお伝えします。

◆日時:7/24(木)10:30~12:00

※11:30~12:00 は退出自由なおしゃべりタイムです。
テーマ以外のことで何でも OK!

◆定 員:8名(応募多数の際は抽選) ◆参加費:無料
◆参加方法:Zoom

*参加者には後日、お菓子と
飲み物をお送りします。

お申込みは
こちら▶



切 込:7/18(金)

応募いただいた方全員に7/22(火)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

<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。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:7/25(金)10:30~11:30
◆定 員:8組(応募多数の際は抽選)
◆参加費:無料
◆会 場:パルひろば☆ちば
千葉市中央区新町 18-10 第一生命ビル 1F
(JR・京成千葉駅より徒歩5分/駐車場なし)



8月の「あそびの広場」はお
休みです。次回は9月です。

切 込:7/19(土)

※応募いただいた方全員7/22(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

