Palnote 2025年 9月1回 vol.181 2025.8.18発行 発行 生活協同組合パルシステム千葉 組織・広報部 〒273-0005 千葉県船橋市本町2-1-1 船橋スクエア21 4F TEL 047-420-2605 FAX 047-420-2400

Palnote 連絡用紙

商品に関することやご意見・ご要望などをこの用紙でお寄せください！
（太枠内のご記入をお願いします）

お名前		組合員番号	
電話番号		センター名	
コース名	用紙提出日　年　月　日	回答　要　・　不要	

記入欄

こちらからも
お問い合わせできます

商品についてのご連絡は、以下にご記入ください。				（パルシステム記入欄）			
配達日 カタログ企画回	年　月　日（　月　回）						
商品名 青果は産地名も							
商品分類	青果 ／ 冷蔵 ／ 冷凍 ／ ドライ ／ 雑貨 ／ その他（　）			受付	リーダー／担当者	電算	責任者
注文番号		単価（税込）	数量				

キリトリ

もっといい明日へ 超えてく

一人ひとりの小さなアクションで「もっといい明日へ 超えてく」
パルシステム千葉の太陽光発電　実績報告

～キリカエル～ 太陽光発電で再生可能エネルギーへのシフトを推進

太陽光発電は二酸化炭素などの排出量が少なく、環境にやさしい再生可能エネルギーです。パルシステム千葉では４つの事業所と香取市にソーラーパネルを設置し、事業所で使用する電力に充当したり、FIT（固定価格買い取り制度）電気としてパルシステム電力に売電したりしています。

また、香取市では「ソーラーシェアリング」を実施しており、太陽光を農業と発電で分かち合うことで、作物を育てながら同時に発電を行っています。近年ではさつまいもを栽培しており、収穫したさつまいもはパルシステム千葉独自商品カタログ「Pal's Dining」にも掲載されている『紅はるかの干し芋 いっぷく堂のはるかさん 100g×2』（次回企画：９月３回）の原料の一部として使用されています。とても甘くてやわらかい干し芋をぜひお召し上がりいただき、環境と農業を両立させる「ソーラーシェアリング」の活動にもご興味をお持ちいただけますと幸いです。（総務部　担当者）

おひさまシェアリング
（香取市）

▼2024年度太陽光発電実績

設置場所	発電量（kwh）
おひさまシェアリング	67,675.5
印西センター	26,014.7
東金センター	56,535.0
習志野センター	10,003.8
松戸センター	15,444.8
合　計	175,673.8

一般家庭に換算すると
約45世帯１年分の
電気使用量に匹敵します。

※4人世帯・戸建ての1カ月電気使用量を325kwhとした場合

総務部　TEL：047-420-2600（月～金 9：00～17：00）　**メール palchiba-kankyo@pal.or.jp**

もっといい明日へ 超えてく

VEGETABLE OIL INK

FSC ミックス 紙 | 責任ある森林管理を支えています FSC® C022524

パルシステムは第1回「ジャパンSDGsアワード」を受賞しました

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

Palnote パルノート

2025年9月1回
2025.8.18発行 vol.181

生活協同組合パルシステム千葉　https://www.palsystem-chiba.coop

2025年は国際協同組合年です
詳しくはこちら◀

旬を味わう今コレ！

パルシステムのおすすめ商品を使った、組合員とっておきのレシピをご紹介！
これまでのレシピはこちら▶

Ⓐ 超簡単★白和え

＼miyoさんのレシピ！／

ぜんぶ混ぜて冷蔵庫に放置！ 最強の副菜に

材料【4人分】

うめてば豆腐（ブロー豆腐）……1パック（300g）
お好みの乾燥野菜……50g
粉末だし……小さじ1　便利つゆ……大さじ1弱

作り方

1 材料すべてをポリ袋に入れ、外側から豆腐を崩しながらよく混ぜる。
2 水分が行き渡るまで冷蔵庫で寝かせる（4～5時間以上）

※乾燥野菜の一部をすりごまに置き換えても美味。

うめてば豆腐（ブロー豆腐）
300g×3
9月1回
コトコト・Kinari
308円（税込333円）
おすすめ商品はコレ！

産直乾燥野菜
みそ汁の具
35g
9月1回
乾物屋さん
268円（税込289円）

Ⓑ 赤飯と焼豚の海苔巻き

＼どら焼きママさんのレシピ！／

甘じょっぱい赤飯に焼豚の存在感！ お祝い事にも

材料【4個分】

おいしい赤飯……1パック（160g）　海苔（8切）……1～2枚
焼豚（厚さ1cm）……2枚

作り方

1 赤飯をレンジで加熱する。焼豚は半分にカットする。
2 ラップの上で赤飯1/4の形を整え、焼豚をのせて海苔で巻く。

徳用おいしい赤飯
160g×10
おすすめ商品はコレ！

9月3回　コトコト・Kinari
特別価格1,548円
（税込1,672円）

Ⓒ あんこ蒸しパン

＼4匹の子ぶたママさんのレシピ！／

りんご・枝豆・さつまいも・ウインナーなどアレンジも

材料【1度に蒸しやすい分量】

A［ホットケーキミックス……1/2袋（100g）　豆乳……1/2カップ］
産直小豆ゆであずき……1/2パック（90g）

作り方

1 Aを混ぜ、カップの7～8分目まで入れる。
2 ゆであずきを1の中央にスプーンで落とし入れる。
3 強火で12～15分蒸し、竹串を刺して生地が付いてこなければでき上がり。

※非常時はクッキングシートを敷き込んだザルに生地を流し入れ、ザルごと深鍋で蒸し上げる方法もあります。

産直小豆
ゆであずき
180g×2
おすすめ商品はコレ！

9月1回　コトコト・Kinari
328円（税込354円）