

# わたぼうし10月号

## みんなでシェアする防災について

いざという時のために、身近なことから防災について考えてみませんか？

非常食(ローリングストックの商品など)の紹介、防災クイズ、チラシなどで作る役立つ食器など、今回はゲストに実際に被災された方をお迎えし、体験談をききながら防災について気軽にしゃべりしてみませんか？試食をしながら和やかな雰囲気での交流ができるイベントです。

ぜひ！ご参加ください。

【ゲスト】東日本大震災復興支援松戸・東北交流プロジェクト「黄色いハンカチ」のみなさん

開催日時:11月4日(火) 10:30~12:30 (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・京成松戸線「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

参加人数:16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

〆切:10月17日(金)(お電話は15:30まで)。10月24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10月6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

### 切干大根で簡単！常備菜

食卓にもっと取り入れたい乾物。でもおなじみの使い方ばかりでは飽きてしまう…。

今回は「切干大根」を使用した定番以外の常備菜をいくつか紹介し、

その中から1品をご自宅と一緒に調理します。忙しい時のもう一品に、

お弁当にと気軽に活用できて1袋があつという間に使い切れますよ！

和食の良さを再発見できるお話も聞けます♪



開催日時:11月13日(木) 10:30~12:00 (10:15~受付開始)

講師:PLA サポーター 参加人数:20名

〆切:10月24日(金)(お電話は15:30まで)。10月31日(金)までに当落の結果をお知らせします。

## 産直連続講座 つくるひと・たべるひとをつなぐ交流会

お米の産地「こまち農業協同組合」の方をお招きし、生産者の思いや産地の魅力を知りながら

一緒に「おいしい時間」を過ごしませんか？

普段は聞けないお話や直接、産地の方に色々聞ける良い機会です。

今回は地産地消の加工品(お米の麺、みそ)などの試食や調理実習を予定しています。

つくる人、食べる人がつながるひと時を過ごしませんか？



開催日時:11月27日(木) 10:30~13:00 (10:15~受付開始)

会場:松戸市民会館(松戸市松戸 1389番地の1) 102 料理教室

交通:JR常磐線・京成松戸線「松戸」駅下車・東口から徒歩7分

※公共の交通機関をご利用ください

講師:こまち農業協同組合

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

〆切:11月7日(金)(お電話は15:30まで)。11月14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。

組合員以外のお申し込みもOK!

## 【LPA 講座】 まさかの落とし穴！

～あなたの生命保険は大丈夫ですか？～

保険商品の名称や保険料の手軽さで安易に加入していませんか？保険は“加入したから安心”のではなく、本当に今の自分に合っているのか見直しも必要です。各保険会社によっていろいろな特約があり、保険対象外など想定外なケースもあります。

複雑な保険の内容について LPA(ライフプラン・アドバイザー)が分かりやすくお話しします。



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



◆日時:11/21(金) 10:30～12:00

◆会場:パルひろば☆おたかの森

(流山市おたかの森東1丁目-3-1 1F)

◆参加費:無料

◆定員:20名

◆〆切:11/11(火)

※応募者全員に11/12(水)までに当落結果をお知らせします。

お申込みはこちら▶



## 超えフェス2025 パルシステム千葉商品展示会

毎年たくさんの方が来場する商品展示会。パルシステムでおなじみの産地やメーカー約40社が試食や販売をご用意してお待ちしています！予約不要、参加費無料、組合員以外の方もご参加いただけます。

ご家族やお友だちを誘ってお越しください☆

お問い合わせ:047-420-2605(月～金 9:00～17:00)  
メール: palchiba-katsudo@pal.or.jp / 展示会事務局

今年は柏市で  
開催します！



◆日時:10/26(日)10:00～14:00

(屋内開催・雨天決行)

◆会場:ハート柏迎賓館(柏市柏233)

◆アクセス:JR、東武「柏」駅徒歩約20分

・柏駅⇨会場のシャトルバスを運行します。

・駐車場あり(無料)。台数に限りがあります。

・公共交通機関の利用にご協力をお願いします。

\*詳細は二次元コードからHPをチェック♪



## <子育てオンライン座談会>

気が付いたらいっぱいになっている子どものおもちゃ箱。お誕生日などプレゼントでいただくこともあって管理が難しいですね。今回の座談会ではおもちゃの片付けや処分についてみんなでおしゃべりします。クリスマスや年末を前に、スッキリさせちゃいましょう！



◆日時:10/29(水)10:30～12:00

◆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▲

〆切:10/25(土)

応募いただいた方全員に10/28(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

商品伝えるサポーターがオススメする<今月のイッピン!>

## 「徳用焼きおにぎりバーガー (産直米・国産牛焼肉)」

ライスも牛肉の味付けもとても良く、そのままでも十分おいしいのですが、わが家ではレタスとチーズを挟んで食べています。夫と娘も大好きで、休日のランチにピッタリ！大人は2つペロリと食べちゃいます。この間は娘も「おかわり！」と言い出したので5個入りでも足りないかもしれません！

<商品伝えるサポーター H・Kさん>



徳用焼きおにぎりバーガー  
(産直米・国産牛焼肉)5個600g

10月5回 コトコト・きなり 1,294円(税込1,198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・価格に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 組合員活動推進課



## お米 スイッチ

11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		セ タ ー	〆
食 調 理	思ったよりも簡単かも?!初心者歓迎★スポンジケーキ(ショートケーキ)を作ってみよう	PLAの「たまごの話」とショートケーキ作りについてライブ配信します。	11/26 (水)	10:00～ 11:45	印 西	10/24 (金)
	切干大根で簡単!常備菜	切干大根を使用した定番以外の常備菜を紹介し、和食の良さを再発見できるお話も聞けます。	11/13 (木)	10:30～ 12:00	松 戸	10/24 (金)
産 直	産直連続講座 米沢郷牧場～自然の風と光が入る鶏舎で～	自然豊かな米沢の環境、こだわっている飼料、商品についてのお話しと鶏肉を使ったレシピを紹介します♪	11/11 (火)	13:00～ 15:00	東 金	10/26 (日)
メ ー カ ー	冬の乾燥なんか怖くない!産直米から作った『ナチュライス』学習会♪	これから乾燥の気になる季節。産直米から作った米こうじ化粧液「ナチュライス」でうるおいと透明感のある肌を実感してみましょう♪	11/20 (木)	10:30～ 12:00	柏	10/17 (金)

## <赤ちゃんカフェ>

～幼児食とママのための栄養講座を  
調理&試食で楽しく♪～



離乳後期～幼児食期に大切にしてほしい食育のお話とママ自身が不足しがちな栄養素について、PLA(パルシステム・ライフアシスタント)がお話します。お話の後はおいしい食事と子育てトークで、みんなでちょっと息抜きしましょう♪

メニュー(予定):めかじきのジェノベーゼパスタ、  
具たくさんスープ、手作りおやつ など

お問い合わせ:047-420-2605(月～金 9:00～17:00)

◆日時:11/21(金)10:30～12:00

◆会場:二和公民館

(船橋市二和東5-26-1 実習室)

◆定員:8名(応募多数の際は抽選)

◆参加費:無料 ◆保育:あり(定員8名)

◆保育料:500円/人 チーパス提示で200円/人)

◆〆切:10/24(金) ※応募いただいた方全員に

10/31(金)までに連絡します。

\*お子さんの同席はできません。保育をご利用ください。  
(生後4ヶ月から利用できます)



お申込みはこちら▲

メール: palchiba-katsudo@pal.or.jp 組合員活動推進課

オンライン

## <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。ハンカチ遊びをするのでハンカチをご用意ください。オンラインなのでご自宅から気軽に参加できます。パパの参加も大歓迎です！お子さんと一緒にお気軽にご参加くださいね♪



◆日時:11/6(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)



▲お申込みはこちら

〆切:11/1(土)

※応募いただいた方全員に11/4(火)までにご連絡します。

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