



ピーちくぱーちく

2025年度 11月号

習志野センター地域情報紙 発行日：2025年11月10日（月）

発行元：パルシステム千葉 習志野センター

〒275-0001 千葉県習志野市東習志野 6-15-8

TEL：0120-862-618（月～金 9：00～14：30）

MAIL：narashino-kumikatsu@pal.or.jp

★お申込み・お問合せは、各記事の二次元コードか上記連絡先をご利用ください。

★お申込み多数の場合は、抽選となります。

＊事前提供商品は、発送後に組合員都合により欠席の場合、該当商品同等額を請求する場合があります。

＊お申し込み時の個人情報は、受付名簿・連絡・会議・催し物の適切な運用の為に限定して利用します。

☆お友だちと一緒にのご参加も OK！お申込みお待ちしております☆



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 ▲Google Play ▲App Store してご準備ください。

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、感染防止対策へのご理解・ご協力をお願いいたします。

オンライン de
パルシステムのつどい

パルシステム食材をたっぷり使って 手軽にゴージャス＊タルティーヌ

「タルティーヌ」とは、スライスしたパンにジャムや野菜などの具材をのせて食べる「フランス式のオープンサンド」のこと。

パルシステムの食材をいっぱい使ってテーブルに並べたら、ゴージャスなパーティプレートの出来上がり♪便利な食材をたっぷりご紹介します。



プログラム
(予定)

- お魚食べようキャンペーンについて
- 「タルティーヌ」デモンストレーション

日時：12月2日(火)10：30～12：00（予定）

募集：20名

参加費：無料

講師：鈴木 雅美さん（パルシステム・ライフアシスタント）

〆切：11月21日（金）



＊ご応募いただいた方全員に11/27(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。

パルシステムのつどい
会場開催

お掃除しましょ

フロから学ぶ環境にやさしいお掃除術！

パルシステムの人気商品「アルカリウォッシュ（セスキ炭酸ソーダ）」「クエン酸」「酸素系漂白剤」の商品特性や日々のお掃除、大掃除、様々なシーンでの活用術について、メーカーさんから直接教えてもらいます。これを聞いたら早速お掃除がしたくな～る！家じゅうピカピカにして年末を迎えましょう♪

プログラム
(予定)

- ◇ 商品学習会
- ◇ 汚れ落としの実験など



日時：12月5日(金)13：00～15：00（予定）

会場：実籾コミュニティホール ＊駐車場ごくわずか
（習志野市実籾5丁目3-20）

募集：20名

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：（株）丸藤、（株）地の塩社

〆切：11月21日（金）

＊ご応募いただいた方全員に11/27(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。



10月イベントレポート

クリスマスにも大活躍 ごちそう＊ワンプレート



10/10(金)八千代緑が丘公民館で開催しました。『商品伝えるサポーター』がおすすめするパルシステムのクリスマス商品を使ったパーティプレートが、なんと30分で作れちゃいました♪参加者からは豪華なプレートが簡単に作れることに驚きの声！パスタと一緒にじゃがいもを茹で、ソースを和えるとおいしさアップ＆ボリュームミー♡ジェノベーゼソースとカニのトマトクリームソースの2色でクリスマスカラーになるのでぜひお試しください。

親から子に伝えたい いのちのお話・性のお話



10/23(木)午後、オンラインで開催しました。助産師の先生に今日本でされている性教育の現状や、世界の国との性教育の違い、また実際に助産師の先生が未就学児に向けて行っている包括的性教育の学習内容を教えていただきました。「包括的性教育」は「自分を守り、相手も守り、尊重しあい、誰もがその人らしく幸せに安心して生きていくための教育」だそうです。小さい子どもであっても、思春期であっても性教育を学ぶことの大本は「自分は大切な存在・自分を大切にしよう」と知ることだと気づかされました。



【LPA 講座】将来に備えて安心！受け取れる年金ってどのくらい？

～賢い払い方や増やし方を学びましょう～

賢い年金保険料の払い方や、付加年金・任意加入制度などで受給額を増やす方法を分かりやすくご紹介します。あなたの「年金年表」を作り、65歳の時にどれくらい受け取れるのか一緒に計算してみましょう。LPA(ライフプランアドバイザー)と楽しく年金について学びましょう。年金をまだ受け取っていない方向けの講座です。

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:12/12(金) 13:30～15:30

◆会場:船橋本部会議室
(船橋市本町 2-1-1 船橋スクエア 21 4階)

◆参加費:無料

◆定員:35名

お申込みはこちら▶

◆〆切:12/2(火)

※応募者全員に12/3(水)までに当落結果をお知らせします。



赤ちゃんのための食育講座 ★オンライン赤ちゃんカフェ★

ギモンや悩みが多い離乳食について、PLAが離乳食の基本をお伝えします！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:12/10(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

◆〆切:12/6(土)

*参加者には「離乳食はじめてBOOK(お試し版)」とYUMYUM おしりふき(1パック)をプレゼント！

お申込みはこちら▶



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>

まもなく
〆切！

ご近所、幼稚園、保育園、小学校・・・お子さんの成長とともに変化する「ママ友との付き合い方」。どのくらいの距離感がちょうどいい？話す時に気を付けていることは？など、気になることを先輩ママに聞いたり、参加者同士でおしゃべりしませんか？

◆日時:11/18(火)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

◆〆切:11/16(日)

*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▶



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

Sound 宙(そら)* トーンチャイムコンサート

「天使の鈴のメロディ」と言われるトーンチャイムの音色で一足早いクリスマス気分コンサート♪
大人も子どもも、心温まるひと時をご一緒に！

お問い合わせ:0120-863-218 inage-kumikatsu@pal.or.jp 稲毛センター

◆日時:12/12(金) 10:30～12:00

◆会場:パルひろば☆ちば ◆定員 30名程度

◆保育:なし(お子様も一緒にお楽しみください)

◆〆切:11/30(日)

※12/8(月)迄に当落結果をお知らせします



たんぽぽ club 流農家れすとらん♪ もうたまらん丼で満腹ランチ♪

村悟空で活躍する女性部「たんぽぽ club」の料理教室を開催します！肉・野菜・たまごを使った「もうたまらん丼」を一緒に作りましょう♪他にも「大根おやき」や「野菜たっぷりスープ」など満腹ランチです♪

◆日時:12/3(水) 10:30～13:30

◆会場:千葉市消費生活センター

◆定員:30名(応募多数の際は抽選)

◆保育:5名まで(一人500円/チーパス有200円)

◆参加費:500円 春菊とミニトマトのおみやげ付き！

◆〆切:11/24(月)正午(当落は11/28までに連絡)



お問い合わせ:047-420-2604 palchiba-kikaku@pal.or.jp 産直・商品政策推進課

ピースアクション in オキナワ 第43回沖縄戦跡・基地めぐり

全国の生協の組合員・職員が集まり、平和について学び、考え、交流する「ピースアクション in オキナワ」への参加者を募集します。平和の大切さや平和について考える機会にしませんか。

お問い合わせ:047-420-2605 メール: palchiba-katsudo@pal.or.jp 組合員活動・コミュニティ政策推進部



◆日時:2026/3/25(水)～3/27(金) 2泊3日

◆会場:ノボテル沖縄那覇(沖縄県那覇市松川40)

◆定員:5組10名(応募多数の際は抽選)

◆参加費:大人 60,000円 高校生以下 50,000円

◆対象:小学5年生以上 ◆〆切:12/12(金)

※3/7(土)説明会、4/18(土)振り返り会への参加必須

お米 スイッチ

12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	センター	〆
食調理	パルシステム食材をたっぷり使って手軽にゴーヤスタルティーン	パーティープレートもパルシステムの食材を使うと、とーっても簡単に出来ちゃう♪クリスマスやお誕生日に活躍します！	12/2(火)	10:30～12:00	習志野 11/21(金)
	ホットケーキミックスと冬野菜で作る華やかインビジュアルケーキ♪	ホットケーキミックスと冬野菜で切り口が美しいケーキを作ります。参加者にはホットケーキミックス1袋(200g)をお届けします。	12/3(水)	13:30～15:00	千葉 11/21(金)
暮らし	*住まいのお手入れに*我が家の石けん生活♪	住まいのお手入れに幅広く活用できる石けん生活始めませんか？持ち運びに便利なおいしい石けんも作ります♪	12/11(木)	10:30～12:00	館山 11/23(日)

co-op 千葉県生活協同組合連合会

豊かな地域社会をめざし、県内12生協が集う連合会です

「家庭内の事故から、子どもを守ろう！」学習会を開催します！

普段、なにげなく過ごしている家庭、くらしの場面に、子どもの事故につながる危険が潜んでいます。子どもを見守る皆さんで、一緒に学んでみませんか？千葉市内、4会場で開催します。それぞれテーマはありますが、どの会場も、どなたでもご参加いただけます。(詳しくは二次元コードをご覧ください)

開催日時:12/6(土)10:00～14:00(ペリエホール)
:12/17(水)10:30～12:00(稲毛保険福祉センター3階大会議室)
:1/17(土)10:30～12:00(パルひろば☆ちば)
:2/15(日)10:30～12:00(幕張メッセ国際展示場9ホール)

主催 千葉県生活協同組合連合会

詳細、申し込み
はこちら▼



<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。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:11/28(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)



〆切:11/22(土)

※応募いただいた方全員に11/25(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)

オンライン

ハンカチ遊びをします。
ハンカチをご用意ください。



◆日時:12/4(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:11/29(土)

※応募いただいた方全員に12/2(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