



12 2025年
12月3回
2025.12.1発行
December vol.196

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▶

特集

合言葉は“たまごと言えばパルだよね” 千葉の自然の恵みを存分に味わうたまご FROM 菜の花エッグ

P5 理事会・監事会だより

P6-7 知ってる？やってみよう！
お知らせ&イベント情報



Present!

『産直たまごのふわふわスープ &
産直鶏ガラスープ』



20名様

ご応募はP8をご覧ください。

合言葉は“たまごと言えばパルだよね”

千葉の自然の恵みを存分に味わうたまご FROM 菜の花エッグ



昨今の極端な気候変動や物価の高騰で、日本の農産・畜産業は大きなダメージを受けています。冬場の鳥インフルエンザの猛威に加え、夏場の暑さで鶏が卵を産まなくなってしまった…などのニュースを見たことがあるかもしれません。かつて「物価の優等生」と言われた卵ですが、近年は価格が高騰しています。卵をとりまく現状について、千葉の産直産地・菜の花エッグの梅原さんにお話を伺いました。

お話を伺ったのは…

やさしい笑顔の梅原さん。取材時には「自宅の庭で採れた」と、あけびをお土産に持たせてくれました。

**菜の花エッグ
代表取締役
梅原正一さん**

《菜の花エッグ》

※『産直たまご(白玉)』の産直産地
君津市、久留里地区周辺の2つの養鶏農家が共同で運営。房総丘陵の豊かな自然のなか、名水として有名な久留里地区の地下水も活用して親鶏を飼育しています。



「菜の花エッグのたまご」とは

「父が始めた養鶏業を引き継ぎ、30年以上養鶏ひと筋です」という梅原さん。2019年の台風で鶏舎の一部が損壊するなど大きな被害を受けたのをきっかけに、新鶏舎は太陽の光と自然の風に入る造りに。気温や風通しなどをこまめに管理しながら、親鶏の健康に配慮してできるだけ自然に近い飼育環境をめざしています。

「おいしい卵って、何が決めるか。それはやっぱり、産む鶏が健康でいることかな。で、その次がエサ」と梅原さん。病気やストレスがなるべく少ない環境で、なおかつこだわりの飼料で鶏を飼育しています。「ストレスがかかると、人間でもそうだと思うけど腸内環境が悪くなって悪玉細菌が増えるんです。そうすると、ガスが発生して、そのにおいが卵に吸着してしまいます」とのこと。卵はにおいにとてもデリケート。鶏舎の環境が悪くて鶏ふんが放置されたりすると、そのにおいが卵に付いてしまうケースもあるそう。菜の花エッグでは、日々の取り組みのなかで、そうしたことがないよう注意を払っています。

飼料にもこだわりが。「うちはトウモロコシを中心とした穀物主体。ミネラル豊富でコクが出るということで魚粉をプラスするところも多いですが、うちはエサから魚粉を抜きました。だから魚くさがなくて、甘みが増した卵になります。洋菓子メーカーさんにも好評なんですよ」



生産現場を取り巻く現状

この夏の暑さは、鶏たちにとっても過酷でした。

「鶏って、大体2年くらい卵を産むんです。2年目の鶏は慣れているせいか意外と大丈夫だったんですけど、今年初めて夏を迎えた鶏はもう夏バテですね。エサをあまり食べないから、体が大きくならないし、当然産む卵も小さめ。暑すぎて卵産んでる場合じゃない、って感じかな」

鶏舎に風を通したり水をかけたりと暑さ対策には気を配ったそうですが、それでも追いつかないほどの猛暑でした。

「ただ、暑さのせいもあるんだけど、そもそも日本全体の卵の生産量って減っているんです」と梅原さん。後継者不足や飼料・経費の高騰などにより、廃業する養鶏農家も増えているそう。供給が減っているのに、需要はさほど変わらないということで、卵の価格は上昇傾向が続いているのです。

「卵って生産調整ができないんです。安定して供給できるように毎日一定数を産んでもらっているなかで、『これからお盆・正月だから一週間卵産むの休んで』って言っても無理ですよね。長期休みの時期は本当に困りますね」。こうした状況を受け、パルシステムではマヨネーズなどの



加工品への活用や、卵を使ったお料理セットを開発するなど、長期休みの余剩解消に向け試行錯誤を続けています。

「卵は、完全栄養食と呼ばれるほど栄養豊富なんです。『たまごと言えばパルだよね!』を合言葉に、ぜひ、毎日1個でも2個でもいいので家族みんなで食べてもらいたいですね」とメッセージも。

休み明けは積極的にたまごを利用して需要回復にご協力を

たくさん食べてほしい

産直たまご

千葉食材の
コラボレーション♪

若芽ひじきのかに玉風



ふんわりした卵の中に、
シャキシャキ食感が楽しい

【材料】

若芽ひじき……40g	サラダフレーク……1/2パック
卵……3個	鶏ガラスープの素……小さじ2/3
片栗粉……大さじ1	塩・こしょう……少々
A〔砂糖……大さじ2	油……大さじ1/2
酢……大さじ2	しょうゆ……大さじ1と1/2〕

【作り方】

- 『サラダフレーク』はほぐし、若芽ひじきは食べやすい長さに切る。
- ボウルに卵を割りほぐし、(1)と鶏ガラスープの素、塩・こしょうを加えて混ぜる。
- フライパンに油を熱して(2)を流し入れ、ふたをして蒸し焼きにする。ふちが固まってきたら上下を返して弱火にして火を通して器に盛る。
- 小鍋にAを入れて弱火にかける。ふつふつしてきたら水(大さじ3)で溶いた片栗粉を加えて混ぜる。ろみが付いたら(3)にかける。

まずは生で、そしてシンプルなゆで卵で!

やはりフレッシュなうちは卵かけごはんなど、生で食べてもらいたいですね。1週間を過ぎたらおすすめしたいのがゆで卵。産みたての卵には炭酸ガスが含まれているのですが、これが徐々に抜け殻がむきやすくなります。それに、卵白に弾力性が出てくるので、実は新鮮な卵で作るより食感もいいんです。

手づくりたまごプリン

卵のやさしい風味となめらかな口あたりにほっこり。蒸し器がなくても、鍋があればおうちで手づくりできます。

【材料】

卵……2個 牛乳……1と1/4カップ 砂糖……大さじ3
砂糖(カラメル用)……大さじ3

【作り方】

- 卵と牛乳は室温に戻しておく。
- 卵と砂糖を混ぜ合わせ、砂糖が溶けたら牛乳を加えて混ぜ、茶こしや細かい目のざるなどでこす。
- 小鍋に砂糖(カラメル用)と水(大さじ2)を入れて火にかける。カラメル色になったら火を止めて、水(大さじ1)を加えて耐熱カップに注ぎ、カラメルの上に(2)を静かに注ぐ。
- 鍋底にふきんなどを敷き、水(耐熱カップを入れて、半分がかかる量)を入れて沸騰させ、火を止める。(3)を入れ、ふたをして弱火で10分、火を止めて10分ほど蒸したら、粗熱をとり、冷蔵室で冷やす。



Point

水が少なすぎると、火が通りにくくなるので注意。火が強すぎたり、加熱しすぎると“す”が入るので、弱火で加熱するのがポイントです。10分加熱したあとは余熱でゆっくり火を通せば、なめらかな仕上がりに♪

定期お届け

産直たまごはパルくる便が便利!!

パルシステムのたまごは産直比率100%! 菜の花エッグ含む19すべての産直産地が、光と風が入る鶏舎で、飼料にもこだわって育てています。そんなこだわりのたまごの注文は「パルくる便」の登録がおすすめ! 万が一注文を忘れても自動的に届けてくれるから安心です。

パルシステムの産直たまごの3つのこだわり

その1 太陽の光と自然の風が入る鶏舎
できるだけ自然に近い環境づくり。

その2 分別生産流通管理で
遺伝子組換え作物の混入を防ぐ
飼料のとうもろこしは分別管理し、
収穫後農薬不使用のものに限定。

その3 冷蔵で鮮度保持
温度を一貫管理し、冷蔵で鮮度・品質を保ったままお届け。



知った?!

たまごの ジョウシキ・ヒジョウシキ

黄身の色が濃い卵の方が栄養がある?

答えは×

黄身の色は、食べるエサによるもので、栄養価は変わりません。パブリカなど、色素の濃いエサを食べた鶏の卵は、黄身の色が濃くなる傾向が。菜の花エッグの鶏はトウモロコシ主体のエサなので、黄身はキレイな黄色をしています。「色の濃さは、卵の個性だと思って」と梅原さん。



卵はどう保存するのがよい?

卵は温度変化を一番嫌います。パルシステムの卵は冷蔵状態で届くため、そのまま冷蔵室に直行させ、使う直前に取り出してください。冷えた卵を室温に置いたままにしておくと、結露して表面についた雑菌が殻の気孔から中に侵入しやすくなってしまいます。



白玉と赤玉の違いって?

白玉と赤玉は親鶏の種類で変わり、実は耳たぶの色で決まるのだそう。耳たぶが白い鶏からは白い卵が、赤色の鶏からは茶色(赤色)の卵が産まれ、エサや環境で変わることはできません。一般的に赤玉を産む品種の方が体が大きい傾向があり、産む卵も若干大きめなことが多いですが、栄養価などに違いはありません。



卵を産み終えた鶏はどうなるの?

菜の花エッグの親鶏たちは、約2年でその役目を終えます。「大切に育てた親鶏を最後まで大切に活用したい」という生産者の想いで開発されたのが『産直鶏ガラスープ』。丸鶏のままじっくり一晩かけて炊き出したチキンエキスと野菜、最低限の食塩で味をととのえ、素材の風味をしっかり残したお役立ち調味料です。



…＼生産者へ声を届けよう!／…

「普段は組合員の皆さんと直接は会えませんが、メッセージをいただくつながりを実感してうれしいですね」と梅原さん。「Palnote連絡用紙」や「ひとことメール」などで、ぜひ生産者へメッセージをお寄せください。

【供給高】3,003,642千円(予算差+78,469千円)
【出資金】10,801,025千円(先月差-41,569千円)
【組合員数】272,738名(先月差+431名)

理事会・監事會だより

9月事業状況

【2025年度第6回定例理事会】2025年10月29日開催
審議事項はなく報告事項について意見交換を行いました。

【2025年度第6回監事會】2025年10月1日開催

1. 第5回定例理事会について
2. 事業所往査について

3. 上期監事監査について
4. 第2回代表理事・監事懇談会について

まだ間に合う

12月3回で注文できるクリスマス“イチオシ”商品!

もうすぐクリスマス。今週お配りしている12月3回のカタログに掲載している商品の中から広報サポーターさんを中心、パルシステム千葉の組合員の皆さんの“イチオシ”商品を紹介します。おすすめコメントとともにご覧ください。

『鹿児島若鶏ローストチキン(骨付モモ)』



柔らかくておいしいです。ふっくらとしていて子どもも食べやすいです。
(4人のまあまあさん)



わが家のクリスマス恒例の1品。見た目以上に食べ応えがあり、ローストされた若鶏に醤油ベースのタレがマッチしてお気に入りです。
(S.Eさん)

仕事から帰ってきて自分でローストチキンを作ろうとしたら大変。これはレンチンですぐ出せてありがたいです。
(O.Tさん)

『米沢郷鶏スパイシーフライドチキン(骨なし)』



子どもがクリスマスに食べるのにちょうどよいサイズでおいしい。
(さくらあんにんさん)



これを出すと家族のテンションが上がります。こしうが効いてしっかりした味付けで、サラダといっしょに出すと野菜をもりもり食べてくれるのもうれしいポイント!
(パル好き兄弟さん)



『お手軽パエリア風セット 5種490g』



解凍した具を炒め固めのごはんに混ぜ上に具を飾るだけです。タレは濃いめなので、クリスマスカラーの赤や緑ビーマン、玉ねぎ、エリンギなどをたっぷり加えていただきます。
(EKOさん)

何よりも映える! 見た目豪華で、しかもフライパンごと出せるので洗い物が減る! 洋食だけどお米メインなので胃がもたれない!
(4匹の子ぶたママさん)



蒸したじゃがいもにかけるのが好きです。粉チーズを混ぜてコク増しも。(miyoさん)

クリスマスの彩りにはもちろん、普段使いもできるので日頃から冷凍庫にストックしておくるのがオススメ!
(ぎんこさん)

パスタは外食でもミートソースしか注文しない保守的な子どもたちが、このジェノベーゼソースだけはお気に入り♪特にベーコンとじゃがいもの組み合わせが大好きです。香りがとても良くて味が濃すぎないのが気に入っています。
(O.Kさん)



『殻付かきのコキール 4個180g』



ワインに合うし見た目にも映え、何といっても味がおいしい。この価格でのクオリティはないのでうれしい。
(S.Cさん)

『かに甲羅クリーミーグラタン 4個360g』



甲羅の器が食卓に楽しい雰囲気をれます。国産の紅ずわいがいとホワイトソースの贅沢な組み合わせは、クリスマスパーティーにぴったりです。
(びびちゃんさん)

『紅鮭スマーカサーモン 切落し 70g』



クリスマスっぽを感じる彩りでオードブルにうってつけ! アボカドやオニオンスライスと和えて、赤と緑のきれいなサラダができ上がりります。
(K.Kさん)

『北海道産無塩せき生ハム 40g』

手に入りにくい無塩の生ハム! そのままでも、チーズやフルーツや野菜を挟んでも、余ったらスープに入れても良し!
(みーさん)

ジェノベーゼに合わせると、しっとりした食感と程よい塩味がとてもおいしい。亞硝酸塩不使用の生ハムを買いたいので、ありがとうございます。
(S.Aさん)

INFORMATION

2025年は「国際協同組合年」です

国連は、国際社会が一年を通じて共通の課題に取り組む「国際年」を毎年制定しています。その中で2012年に続き、今年2025年を2回目の「国際協同組合年」に定めました。



10月26日(日)に開催した『超えフェス2025 パルシステム千葉商品展示会』では、「協同組合」等についてのタペストリーを揭示して各事業や取り組みについて紹介しました。そのほか、戦後・被爆80年に改めて平和の尊さを考えるきっかけづくりとして、来場者から平和への想いを寄せいただき、皆さんの想いをメッセージツリーとして掲示いたしました。家族や世界の平和を願う234枚のメッセージが集まりました。



お知らせ&イベント情報

※お申込みの際にお預かりした個人情報は、受付名簿、連絡、会議・催し物等の適切な運営のために限定して利用します。
※「お知らせ&イベント情報」で掲載している表示価格は、すべて税込み価格です。(募金は消費税対象外)
※掲載している各種活動および行事は、ホームページおよび各二次元コードからもお申込みいただけます。

Palnote 『Palnote』12月4回、12月5回 休刊のお知らせ

お知らせ

年末年始のカタログお届けスケジュールの変更等に伴い、『Palnote』は12月4回号および12月5回号を休刊とさせていただきます。『Palnote』のお届けがない期間中、ご意見・ご要望につきましては、今号裏面の「Palnote 連絡用紙」をご利用いただき、下記「問合せセンター」または二次元コードよりご連絡ください。

TEL: 0120-868-014 パルシステム問合せセンター（月～金 9:00～20:00 土 9:00～17:00）

※12/31(水)は9:00～12:00まで営業、1/1(木)～4(日)は休業となります。



【千葉県とパルシステム千葉からのお知らせ】 冬の交通安全運動がはじまります

12/10(水)～12/19(金)



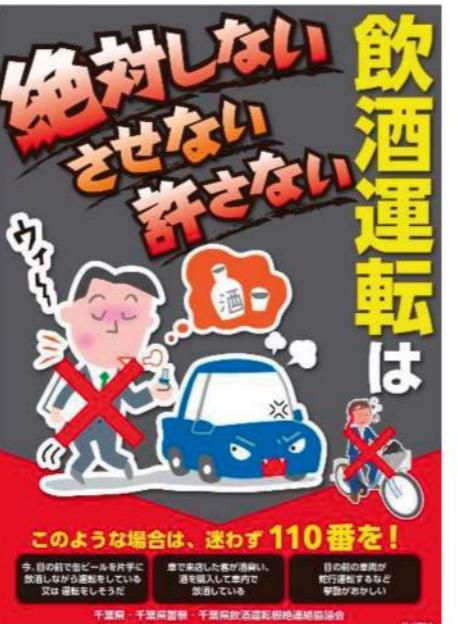
お知らせ

《スローガン》～飲酒運転は絶対しない、させない、許さない～

運動重点

- 1 飲酒運転の根絶に向けた取組の推進
- 2 夕暮れ・夜間・明け方における交通事故防止
- 3 自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底とヘルメットの着用促進

そのお酒、抜けてないよ



このような場合は、迷わず110番を！

今、目の前で缶ビールを片手に
飲酒しながら運転をしている
または運転をしそうだ

車で来店した客が酒臭い、
酒を購入して
車内に飲酒している

目の前の車両が
蛇行運転するなど
挙動がおかしい

飲酒運転は運転者だけではなく家族そして周りの方まで不幸にします。
県民総ぐるみで飲酒運転を根絶しましょう。

TEL: 043-223-2263 (月～金 9:00～17:00 祝日休み) 千葉県環境生活部 くらし安全推進課 交通安全対策室

みんなでライトダウンキャンペーン 12/1(月)から 2026/1/11(日)まで ～電気のない地域に明かりを届けよう～

ご家庭で使う電気を消す・使わない時間を過ごす「ライトダウン」に応じて、エチオピアの電気のない地域にソーラーランタンを寄付します。ライトダウンに取り組んで、特設サイトよりクリック＆投稿であなたが取り組んだ内容を教えてください。

【参加方法】

1 クリックで10円寄付、投稿で100円寄付
※両方のアクションに何度でも参加可能！



メール: kankyousitu@pal.or.jp パルシステム連合会 環境政策推進室

パルシステム千葉 公式SNS【Instagram】[X]【Facebook】 フォローよろしくお願いします

パルシステム千葉では、組織内外に向けてさまざまな方法で取り組みを発信しています。機関紙『Palnote』などの紙媒体のほか、各種SNSアカウントでパルシステム千葉の取り組みを伝えています。

各SNSをチェック！ それぞれのSNSで、お知らせや報告など違う情報を発信しています

公式 X



パルシステム千葉の取り組みや、イベント、キャンペーンのお知らせなど、旬な情報をいち早く発信。機関紙『Palnote』に寄せられた投稿やおすすめ商品など、組合員の皆さんからの声もご紹介しています。

公式 Instagram



パルシステム千葉がおすすめするレシピやお役立ち情報をリール動画でわかりやすくお伝えしています。Instagramでは、写真を中心にイベント等をレポートしています。



公式 Facebook



「パルシステムのつどい」や各地の産直交流など、組合員の皆さんが参加している各種イベントの様子をレポートし、写真を交えながら、要点をコンパクトにお伝えしています。



自主的活動グループ★けいじ板！

※組合員以外の方もご参加いただけます！

参加者募集

学校苦手なお子さんの保護者の方みんな親子で笑顔に！

市川市

主催: 子どもを支える親の会「ベルフラワー」

学校が苦手なお子さんの保護者や関係者の方で、悩みを相談したり、情報交換をしています。ご参加をお待ちしています。

◆活動日: 原則として毎月第2日曜日 13:00～17:00 ※開催予定 12/14(日)、2026/1/11(日)、2/8(日)、3/8(日)

◆会場: 市川市男女共同参画センター (市川市市川1-24-2) ◆〆切: 各回前日まで

◆参加費: 毎回300円 (年会費なし) ◆お申し込み: メール hutoukou.soudan@gmail.com (服部)



「自主的活動グループ★けいじ板！」のお申し込み・お問い合わせは、各グループへ直接お願いします。

Palnote 連絡用紙

商品に関するご意見・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)

所属センター <input type="checkbox"/> 柏 <input type="checkbox"/> 印西 <input type="checkbox"/> 松戸 <input type="checkbox"/> 習志野 <input type="checkbox"/> 千葉 <input type="checkbox"/> 東金 <input type="checkbox"/> 野田 <input type="checkbox"/> 稻毛(キュープ館山含む)				組合員番号 ※必須(番号の記入間違いにご注意ください) 						
コース		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、以下もご記入ください。							(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 / 常温 / 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 ✕



ひらめき//
Quiz
クイズに答えて
プレゼントに応募!
□に当てはまる漢字を
直接書き入れてください→

今回のプレゼント(表紙もご覧ください)

『産直たまごのふわふわスープ&産直鶏ガラスープ』 20名様

魚 煮 黄
煮 白

前回の答え

仲
魚 介 抱
入

パルシステム千葉の介護
サービスや介護する側の備
えなどを紹介した前号。
答えは「介(たす)ける」とも
読む「介」でした!

投稿募集中! 紙面に掲載された方には300ポイントプレゼント!

みんなのおしゃべりCafe テーマ「パルシステム川柳」

日常の機微を五・七・五のリズムにのせて愉しむ庶民の文芸。
では一句。パルシステムにまつわる川柳をお寄せください。

ワタシのお気に入り! テーマ「冷凍野菜」

すぐに使えるカット済みから芋・豆・うらごし・ミックス野菜まで
パルシステムでおすすめの冷凍野菜と、その理由を教えてください。

組合員番号

お名前

機関紙掲載可 不可

(ペンネームなら可:)

〆切
12/21(日)まで



こちらからも
応募できます

クイズ、投稿ともにこちらの投稿用紙に書いてご
提出いただかずか、上記の二次元コードよりご入力
ください。ご応募お待ちしております。

もっといい明日へ
超えてく



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