



東金センター
メールはこちら

発行日: 2025年12月8日
会場とオンライン、お好きな方法で参加いただけます！

オンライン de
パルシステムのつどい

東金1月① [LPA講座]

守ろう！自分らしいくらしと財産

【ご自宅からZOOMで参加希望の方はこちら】

年金が入るとすぐに使い果たしてしまう。最近よく約束を忘れてしまうことがある。ご自身の、ご家族の、判断能力が低下してきたと思うことはありませんか？そんな不安を感じた時、私たちはどうすれば良いのでしょうか。自分らしいくらしと財産を守るために必要なこと、利用できる制度を知って、できることから始めてみましょう！

◆日 時: 1月14日(水) 10:30~12:30

◆場 所: ZOOMによるオンライン開催

◆募 集: 20人程度

◆講 師: LPA(ライフプラン・アドバイザー)助川純子さん

◆応募〆切: 12月21日(日) ※電話申込みは12/22(月)12:00まで

※応募いただいた方全員に12月25日(木)までに当落の結果をお知らせします。

☆組合員の方以外の参加もOK! お申込みお待ちしております。



申込み用二次元コード



実開催 de
パルシステムのつどい

東金1月② ポリ袋で簡単!!

手作りみそと五平餅を作ろう♪

みそフェス

パルシステムの「産直大豆ドライパック」と保存袋を使って、約1ヶ月で完成する簡単袋みそ作りにチャレンジ！おやつにもぴったり、甘いみそを塗った五平餅も一緒に作りましょう。寒い冬に、心もお腹も温かくなる“みそフェス”にいらっしゃいませんか。

◆日 時: 1月20日(火) 10:30~12:30

◆場 所: 千城台コミュニティセンター(若葉区千城台西2-1-1)

◆講 師: PLA(パルシステム・ライフアシスタント) 寺崎 真美恵さん

◆募 集: 20人程度

◆持 物: 飲みものなど ◆駐車場あり

◆応募〆切: 1月4日(日) ※電話申込みは1/5(月)12:00まで

※応募いただいた方全員に1月8日(木)までに当落の結果をお知らせします。

☆組合員の方以外の参加もOK! お申込みお待ちしております。



申込み用二次元コード

※マスクの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、手指消毒および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ひいたします。

この記事に記載のイベントについて

★参加費無料★お申し込み状況により追加募集あり。

★お申込み多数の場合は、抽選になる可能性があります。予めご了承ください。

★お申し込みの際にお預かりした個人情報は、受付名簿、連絡、会議・催し等の適切な運営のために限定して利用します。

お問合せ… TEL:0120-867-518(月～金 9:30～14:30) FAX:0475-53-6102

MAIL togane-kumikatsu@pal.or.jp <東金センター活動スタッフ>

☆パルシステムのつどいは、組合員以外の参加もOK! お申込みお待ちしております。



[LPA講座] 東金1月①

守ろう！自分らしいくらしと財産

実開催 de
パルシステムのつどい

【東金センターで参加希望の方はこちらから】

オンライン操作が不安な方、お持ちの端末が不調な方は東金センターから視聴できます。
会場内のモニターで講師のお話を一緒に聞きましょう♪

◆日 時: 1月14日(水) 10:30~12:30

◆場 所: 東金センター 会議室

◆募 集: 8人程度

◆持 物: 飲み物など ◆駐車場あり

◆応募〆切: 12月21日(日) ※電話申込みは12/22(月)12:00まで

※応募いただいた方全員に12月25日(木)までに当落の結果をお知らせします。

☆組合員の方以外の参加もOK! お申込みお待ちしております。



セミナー財産

申込み用二次元コード

10月21日(火)「パルのお魚食べ比べ！自分で選んで作るワンプレート

お魚ランチ」に19名の方が参加してくださいました。食べ比べたお魚は全部で7種類。人気はどの商品だったのでしょうか？結果はこちら！

No.1 骨取り国産塩さば(ゆず風味)

・さば特有の臭みがなく、あっさりしていて食べやすかった。(40代)

No.2 骨までパクッとめひかり南蛮漬

・なかなか手作りできないので、手軽でおいしかった。(60代)

No.3 白身魚のカツレツ(ほうれん草&チーズ)

・秋鮭のうま醤油たれ(骨とり)

・骨までパクパクいわしの生姜煮

3品
同率入賞！

アンケートにご協力いただいた参加者の皆様、

ありがとうございました！



発行:パルシステム千葉 東金センター



【LPA講座】知つて得する！源泉徴収票の見かたと確定申告 ～いつもそのままにしてしまっている方に聞いて欲しい～

毎年受け取る源泉徴収票、よくわからずにそのままにしていませんか？

実は源泉徴収票には所得税に関する大切な情報が満載です。所得税の計算方法を知ることで、源泉徴収票や年末調整、確定申告についての理解を深めましょう。初心者にもわかりやすい基本的な内容を LPA(ライフプラン・アドバイザー)がお伝えします。

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

白髪染めも、おしゃれも♪失敗しないための正しいヘナの使い方

「興味はあるけれど、使い方がよく分からない」「思った色にならない」そんな貴方へ、ヘナのプロから【正しい知識】と【正しい使い方】を学びます。基礎知識から塗布テクニックまで、実演を通して、ヘナの効果を実感しましょう！
当日の体験ヘナモデル募集中です！



◆日 時:1/21(水) 10:30~12:00 予定
◆会 場:パルひろば☆ちば ◆定員 16 名程度
◆講 師:(株)ナイアード、(株)オフィス・パイ
◆〆切:12/22(月)
※12/26(金) 迂に当落結果をお知らせします



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

<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

会場開催
〆切間近！

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♪

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:12/19(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 第一生ビル 1F
(JR・京成千葉駅より徒歩5分/駐車場なし)

〆切:12/13(土)

※応募いただいた方全員に12/16(火)までにご連絡します。

JA ちばみどりくのらっ娘クラブ うながみのお野菜で『Hot ホットレシピ』

くのらっ娘クラブはJA ちばみどり海上野菜組合産直部会の女性部です。今回は海上の大地で育ったお野菜をふんだんに使ったレシピを教えてもらいます！お野菜の調理のコツなど聞きながら、楽しくワイワイと調理実習をします。心も体もあったまる「ホットレシピ」です♪

◆日時:1/22(木) 10:30~13:30
◆会 場:パルひろば☆ちば
◆参加費:500円 (昼食と産地野菜のお土産付き)
◆定員:20名(応募多数の場合は抽選)
◆保育:5名まで ※保育料:500円(チーパス提示で200円)
◆〆切:1/13(火)正午

お問い合わせ:047-420-2604(月~金 9:00~17:00) メール:palchiba-kikaku@pal.or.jp 産直・商品政策推進課

産地野菜のおみやげ付き♪



調理メニュー(予定)
にんじんごはん
大根とひき肉のあんかけスープ
とり肉と冬野菜の蒸し物
シンプルサラダ



お米 スイッヂ

1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	きなこ餅だけじゃもったいない！ きなこ*活用レシピ	畑のお肉と言われている大豆(きなこ)を使った「簡単おいしいおやつ」をご紹介します。	1/23(金)	10:30~12:00	習志野 12/19(金)
	フルーツカットでフルーツブーケ♪	いつものフルーツを飾り切りして花束のよう盛り付けてみましょう。華やかで美味しいアレンジをご紹介します。	1/28(水)	10:30~12:00	千葉 12/19(金)
くらし	【LPA講座】 くらしと介護の備えについて	将来のくらしを考え始めた方、高齢期に向けて介護に備えたい方に知ってほしい情報を話します。	1/19(月)	10:30~12:00	松戸 12/19(金)
	【LPA講座】 守ろう！自分らしいくらしと財産	ご自身が、ご家族が、ひとりで判断することが難しくなってきた…。そうなる前に、今できることを教えていただきます。	1/14(水)	10:30~12:30	東金 12/21(日)
セルフケア	目指せ笑顔美人！ お顔と心をほぐす*表情筋ストレッチ	表情筋にアプローチして整えたるみ引き上げ、小顔＆すっきりフェイス！一緒に笑顔美人になっちゃいましょう♪	1/16(金)	13:30~15:00	稻毛 12/22(月)

商品伝えるサポーターがオススメする

<今月のイッピン!>

「今治タオル」



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」がおすすめする商品をご紹介しています。

お問い合わせ:047-420-2605 組合員活動推進課
メール:palchiba-sapo@pal.or.jp

11/12(水)パルひろば☆ちばにて、『商品伝えるサポーター』を対象とした商品学習会を開催しました。今回の学習会のテーマは【今治タオル】。パルシステムの生活用品カタログ掲載の今治タオルを取り扱っているトップ産業株式会社の佐藤さんと株式会社トップファクトリー 今治の佐賀さんを講師に、今治タオルの歴史やブランド認定の難しさ、製造工場の様子を教えていただきました。



ふわふわ！
肌触りが
すごくいい！



生活用品もパル
商品のよさを実感！

▲タオルを実際に手に取り、触り心地などを実感しました。

参加組合員の声

- たくさんの職人さんが手間をかけて丁寧に作っていることが分かって感動！
- 海外製のタオルと吸水力が全然違ってびっくり。さすが今治ブランド！
- 今治産のタオルでも認定基準をクリアしないと今治タオルと呼べないことが分かって勉強になりました。
- 今治タオルの枕カバーがあるなんて知りませんでした。「まくらマキコ」注文します！！
- 市販のタオルに比べて値段が高くて買わずにいましたが、こだわりや品質のよさが分かって価格に納得！

生活用品カタログが生まれ変わります

1月1回から「パルくらす」と「キッチンぶらす」が、新カタログ「RespeYell(リスペール)」に生まれ変わります。今回ご紹介している今治タオルも多数掲載されるのでぜひご覧ください♪