



稲毛センター地域活動情報紙

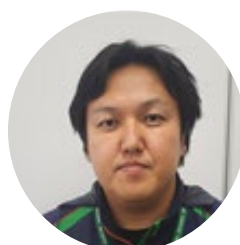
★Humming★

ハミング1月号

発行日：2026年 1月 12日 発行
発行元：生活協同組合パルシステム千葉 稲毛センター
千葉県稲毛区長沼町 337-1
専用TEL：0120-863-218(月～金 9:00～14:30)
※つどい以外のお問い合わせは0120-868-014まで
FAX：043-216-7411 (24時間)
MAIL：inage-kumikatsu@pal.or.jp (24時間)

新年
謹賀

稲毛センター
組合員の皆さまへ



あけましておめでとうございます。
今年も組合員の皆さまに愛され必要とされる
センター運営に努めます。また、感謝の気持ちを
忘れず、商品を大切にお届けいたします。
つどいでは、皆さまに少しでも喜んでいただける
ように様々な企画を準備してまいります。
ぜひお気軽にご参加ください。
皆さまにお会いできることを
楽しみにしています。
今年も宜しくお願いいたします。

稲毛センター長 石井 努

2026

対面 パルシステムの
つどい・2月



実際にご来場いただくリアル参加型つどい♪
ご家族やお友だちなど組合員以外もOK!
皆様にお会いできるのを楽しみにお待ちしております

刺繍をはじめよう！ お花のモチーフがかわいい！* フローキ作り

「刺繍は難しそう」「道具をもっていない」という方も、丁寧に講師がサポートしますので
安心してご参加ください。何か新しいことを初めてみたい、手作りの楽しさを体験したい
という方、ぜひこの機会に手作りの温かさをプラスできる刺繍をはじめてみませんか？

開催日時：2月 18日(水) 10:00～12:00 予定
開催会場：パルシステム千葉稲毛センター 2F 会議室 (千葉県稲毛区長沼町 337-1※あり)
募集人数：16名 保育：あり (1人 500円/チーパス提示で200円)
講師：イヅカハーブ工房 田淵さん
持ち物：筆記用具 ※当選者には後日詳細を連絡
応募〆切：1月 25日(日) ※応募いただいた方全員に 1月 30日(金) 迄に当落結果をお知らせします。



習志野センター主催
2月つどい
案内

当日古着の
回収します



©JFSA

ふるぎのゆくえをおいかけて JFSA の活動報告と本場パキスタンカレー

捨てればゴミに、集めたら資源に…NPO 法人 JFSA は衣類
やアクセサリーなどを回収し販売するリユース事業を行い、そこで
得た利益をパキスタンのために暮らす人々の自立支援に役立てて
います。リユースを通して人と人をつなぐ活動や、豊かなく
らしの裏側にある世界の貧しさについて考えてみませんか？

プログラム(予定)
・ JFSA の活動について
・ 本場パキスタンカレーでランチ交流

開催日時：2月 17日(火) 10:30～13:30 予定
開催会場：パルシステム千葉習志野センター 2F 会議室 (習志野市東習志野 6-15-8 ※あり)
募集人数：16名 保育：あり (1人 500円/チーパス提示で200円)
講師：NPO 法人 JFSA(日本ファイバーリサイクル連帯協議会)
持ち物：筆記用具、飲み物、他 ※当選者には後日詳細を連絡
応募〆切：1月 23日(金) ※応募いただいた方全員に 1月 29日(木) 迄に当落結果をお知らせします。



【申し込み・問合せ先】 習志野センター TEL0120-862-618 (月～金 9:00～14:30)

※ 組合員以外の方がお申し込みされる場合は ①お名前 ②お電話番号 ③メールアドレス ④ご住所を 正確に申し込みフォーマットに入力、もしくは担当スタッフまでお伝えください。
※ 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活用いたします。ご本人の許可なく他の目的で使用する一切ございません。
※ 掲載の二次元コードについて、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申込みください。
※ 参加者・職員のマスク着用は個人の判断とします。(調理企画を除く) また、体調が優れない場合は参加を見合わせて頂くなど、安全な企画運営にご理解ご協力をよろしくお願いいたします。



県別交流会 産直ランチサミット in 幕張

安全・安心な食べものを生産している産直産地の方たち、それを食べているパルシステム組合員である皆さんとの交流会です。いつも食べているものはどんな人がどんな風につくっているのか、気になりますよね。パルシステム食材を中心に使った「産直こだわりランチ」を食べながら、各地の生産者と楽しい時間を過ごしましょう。

- ◆日 時:3月5日(木) 10:00~13:00
- ◆会 場:ホテルグリーンタワー幕張
千葉市美浜区ひび野 2-10-3 (JR海浜幕張駅より徒歩3分)
- ◆定 員:100名 (組合員またはご家族に限ります)
- ◆参加費:1,000円 産直ランチ・おみやげ付
- ◆保 育:あり(定員15名) ※保育料1人500円(チーパス提示で200円)
- ◆※切:2/16(月)正午 ※当落結果は全員に2/20(金)までにご連絡します



←申込みはコチラ

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



オンライン 生産者に学ぶ郷土料理「きりたんぽをつくろう」

秋田の産地とオンラインでつながり、郷土料理を教わります。名前は知っていてもなかなか作る機会のない「きりたんぽ」を産地の皆さんと一緒にうちで手作りに挑戦！うちでほっこり交流を楽しみましょう。

「秋田あきたこまち」
「サキホコレ味噌」
「比内地鶏スープ」を
ご自宅にお届け！



←申込みはコチラ

- ◆日 時:2月7日(土) 11:00~13:00
- ◆開 催:Zoomを使用したオンライン ◆参加費:800円 ◆定員 30組
- ◆※切:1/24(土) ※当落結果は全員に1/30(金)までにご連絡します

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



<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♪

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:1/30(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)



- ◆日 時:2/5(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)



※切:1/31(土)

※応募いただいた方全員に2/3(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

<子育てオンライン座談会>

「子育てオンライン座談会」では毎月、子育てにまつわるテーマで楽しくおしゃべりしています。1月のテーマは「お年玉」。もらったお年玉はどうしてる？使う時のルールは？など、子どものお年玉事情について、みんなでおしゃべりしませんか？

- ◆日時:1/29(木)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 ◆※切:1/25(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

【LPA カフェ】おひとり様の覚悟とは？

お金や老後の事など、皆さんはどうしていますか？ちょっと気になるけど話題にづらい事ってありませんか？LPA(ライフプラン・アドバイザー)といっしょに日頃の疑問などをみんなでおしゃべりしましょう。今を、これからを考えるヒントが見つかるかもしれません。お気軽にお立ち寄りください。お飲み物を用意してお待ちしています。

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:2/23(月・祝) 10:00~12:00
- ※開催時間中は出入り自由
(11:30までにお入りください)
- ◆会場:パルひろば☆ちば
(千葉市中央区新町 18-10 1F)
- ◆参加費:無料 ◆定員:16名 お申込みはこちら▲
- ◆※切:2/12(木) ※応募者全員に2/13(金)までに当落結果をお知らせします。



お米 スイッチ

2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	※
食・調理	ひな祭りにピッタリ ボリューム満点♪ちらし寿司	ひな祭りのお祝いにピッタリな、簡単にボリューム満点なちらし寿司のご提案です。五目ずしの素の活用方法もご紹介しますよ♪	2/12 (木)	13:00～ 14:30	習志野	1/23 (金)
	春のお彼岸やティータイムに♪ 簡単ぼたもちを作ろう！	お彼岸や春のティータイムに♪お正月に余った切り餅を使って手軽にぼたもちを作ってみましょう。	2/19 (木)	13:30～ 15:00	柏	1/23 (金)
くらし	年収の壁を学ぼう！～複雑な 税金の社会保険について～	10 月に開催した人気の講座をオンラインで開催。 会社員・パート(60 歳以下)で働く場合の税金や社会保険の仕組みについて LPA がお話しします。	2/6 (金)	10:30～ 12:00	千葉	1/23 (金)
	パルシステム営業 NO1！ スー パーウーマンの話が聞ける！ 子どもの心を掴む話術	パルシステム千葉・野田センター営業で大活躍している石井さんに子どもの心を掴むコツや笑顔の引き出し方を聞いてみませんか？	2/19 (木)	10:30～ 12:00	野田	2/8 (月)
	竹炭のお話とスマッジスティックづくり	竹炭を使った、大地再生の取り組みのお話と、竹炭を使ったおしゃれなクラフトワークショップ。	2/24 (火)	10:00～ 11:30	印西	1/23 (金)

商品伝えるサポーターがオススメする<今月のイッピン!>

「こだわり酵母食パン(国産小麦)1.5斤」

小麦がみっちり！という感じで、トーストすると香ばしくておいしい！好きな厚さにスライスできるので、厚めにしてピザトーストに、薄めにしてハムサンドトーストなど楽しんでいます。この季節は薄めにスライスしてトーストしたものを、シチューのお供にするのがおすすめ。食べきれない時はスライスしてホイルで包んで冷凍保存しています。<商品伝えるサポーター S・F さん>



こだわり酵母食パン(国産小麦)1.5斤
毎週 コトコト・きなり
【パルくる便あります】

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・価格の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

<アーカイブ配信のお知らせ>10/28(火)稲毛センター 「アップルファームさみず 旬の風をお届け！信州りんご物語」



長野県で「安心安全」にこだわってりんご作りを続けている「アップルファームさみず」。りんご作りにかかる生産者の思いを現地中継も含めてご覧いただけます！視聴希望の方は左の二次元コードから お申込みください。お申込みいただいた方には、視聴用 URL を記載したリターンメールをお送りします。※申込※切:2/27(金)

お申込みは
こちら▶



お問い合わせ:047-420-2605 (月~金 9:00~17:00) palchiba-katsudo@pal.or.jp 組合員活動・コミュニティ政策推進部

パルシステム千葉から「戻す」のお願い

環境サポーターとして9月に松戸センター「リサイクルの仕分け」の見学学習会に参加させていただきました。スタッフの方々の作業の手際の良さにびっくりでした。その中で「紙パック・A B パック」の「戻す」(洗う、ひらく、乾かす)が理解されずスタッフの方々の負担になっている事を知りました。私たちに出来る身近な事から今すぐ実践していきたいと思ひます。限りある資源を大切に環境問題を考え地球を大切に生活する生活を心がけていきましょう。環境サポーター宮岸さん