



稲毛センター地域活動情報紙

★ Humming ★

ハミング2月号

発行日：2026年 2月 9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
 千葉市稲毛区長沼町 337-1
 申込専用 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
 F A X：043-216-7411 (24時間)
 MAIL：inage-kumikatsu@pal.or.jp (24時間)

対面 パルシステムの
つどい・3月

来て、見て、体験！
全て参加費は無料です



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

メニュー豊富で調理がラクラク♪ お料理セット*体験会

毎日忙しくても家族には手作りのおいしいご飯を食べさせたい、そんな願いを叶える「お料理セット」。カット済みの食材と特製ソースを使って、驚きのスピードとおいしさを体験してください。みんなで楽しく失敗知らずの「お料理セット」を調理して試食しましょう。ご夫婦や男性お1人での参加も大歓迎です♪



開催日時：3月20日(金・祝) 10:30～13:00 募集人数：16名程度
 開催会場：パルひろば☆ちば(千葉市中央区新町18-10 第一生命ビル1F)
 講師：PLA(パルシステム・ライフ・アシスタント) 榎本さん
 持ち物：筆記用具 ※当選者には後日詳細を連絡します
 保育：あり(1人500円/チーパス提示で200円)
 応募〆切：2月23日(月)
 ※応募者全員に 2月27日(金) 迄に当落結果をお知らせ



あの日を、そして今を生きるすべての人へ 「この世界の片隅に」*上映会

太平洋戦争下の広島・呉を舞台に、日常を懸命に生きる女性・すずの人生を通して、日々の尊さと平和への思いを描く話題作。戦後80年の節目、未来へつなぐ「平和」のバトンについて改めて一緒に考えてみませんか？ぜひご家族・お友だちと一緒にご参加ください。

【上映】129分 【HP】<https://konosekai.jp/>

特別企画
 ・パルシステムの平和活動紹介
 ・ピースアクション参加者トーク



開催日時：3月28日(土) 10:00～12:30 募集人数：30名程度
 開催会場：パルひろば☆ちば(千葉市中央区新町18-10 第一生命ビル1F) ※なし
 対象：小学生から大人まで ※就学前のお子様同席については事前にご相談ください
 応募〆切：3月6日(金)
 ※応募者全員に 3月13日(金) 迄に当落結果をお知らせ



千葉センター主催
3月つどい
案内



いつもの商品をアレンジして 楽しくおいしく試食しましょう♪

東京コールドチェーンのおすすめ商品をアレンジして一緒に試食しましょう！

試食予定
 おくらとなめこのかき玉スープ、4種の国産野菜と生姜のかき揚げ丼、居酒屋風3種つくね串、カットマンゴースムージー、芽吹き屋さくらだんご、かしわもち

開催日時：3月17日(火) 10:30～12:30 予定
 開催会場：パルひろば☆ちば(千葉市中央区新町18-10 第一生命ビル1F)
 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：(株)東京コールドチェーン 持ち物：筆記用具、飲み物、他
 応募〆切：2月20日(金)(電話は17:00まで)
 ※応募者全員に〆切後1週間以内に当落結果と参加詳細をお知らせ



【お問合せ先】パルひろば☆ちば TEL0120-31-8686 (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、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ことは一切ございません。
 ※ 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。



<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、みんなでおしゃべりタイム♪
お子さんを保育に預けて、たまにはホッと息抜きしませんか？

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

◆日時:3/6(金)10:30～12:30

◆会場:パルひろば☆ちば

(千葉市中央区新町18-10 1階)

JR・京成「千葉」駅徒歩 7分

◆定員:10名(応募多数の際は抽選)

◆参加費:無料

◆保育:あり(定員10名)

◆保育料:500円/人(チーパス提示で200円/人)

◆〆切:2/21(土)

※応募いただいた方全員に2/25(水)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▲



【LPA 講座】知って備える！教育費と奨学金のお話(中学高校編)

～いくら必要？どう準備する？いまから備えましょう～

※中高生の保護者の方対象の内容ですが、それ以外の方でも参加可能です。



ある調査では、高校入学時の平均諸費用は約30万円(公立)、私立大学では約86万円(全学部平均※文部科学省調べ)だそうです。準備ができない分は、奨学金制度や給付金を利用するという方法もありますよ。中高生の保護者の方を対象に、前もって知ってくと安心な情報をLPA(ライフプラン・アドバイザー)がお話します。

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

◆日時:3/7(土) 10:00～12:00

◆参加方法:オンライン Zoom (パソコン、タブレット、スマートフォンでご参加ください)

◆参加費:無料

◆定員:30名程度

◆〆切:2/25(水)

※応募者全員に2/26(木)までに

当落結果をお知らせします。

お申込みはこちら▶



ぜひお試しください

商品伝えるサポーターがオススメする<今月のイッピン!>

「組合員開発協力商品」

パルシステムでは「こんな商品あったらいいな!」という組合員の声に応えるべく、組合員・メーカー・パルシステム連合会の3者が協議や試食を繰り返し、商品の開発やリニューアルに取り組んでいます。ここで誕生した商品が【組合員開発協力商品】。取り組み開始から20年以上、170品を超える組合員開発協力商品が誕生しています。

今月のおすすめはこちら → 『生パスタサーモントマトクリームフェットチーネ』

2014年にパルシステム千葉の組合員が開発協力した商品。具には北海道産のサーモンと産直ほうれん草を使用。生クリーム入りの濃厚なトマトクリームソースがたっぷり。電子レンジや湯せんで温めるだけで、手軽に外食気分が味わえます♪

生パスタサーモントマトクリームフェットチーネ 210g×2
2月4回 コトコト・きなり 特別価格 580円(税込626円)

特別価格



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

お米スイッチ

3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	シンプルな味付けで人気! パルの福神漬と使い切りアレンジレシピ	旬の国産野菜で作ったパルシステムならではの福神漬の魅力をご紹介します!	3/10(火)	10:30～12:00	東金 2/22(日)
くらし	将来に備えて安心! 受け取れる年金ってどのくらい?～これからもらう人のための公的年金講座～	将来に備えて、年金の賢い払い方や増やし方を学びます。まだ年金を受け取っていない方向けの講座。	3/11(水)	13:30～15:00	柏 2/20(金)
セルフケア	椅子を使ったストレッチ	椅子に座りながら手軽に体を動かして全身の凝りをほぐし、快適に春を迎えましょう♪	3/25(水)	10:30～12:15	松戸 3/6(金)

<子育てオンライン座談会> どうつきあう? 何に気をつけてる? 「ゲーム&テレビ・動画との付き合い方」

「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。2月のテーマは「ゲームや動画とのつきあい方」。「お友だちとの付き合いがあるから」「親が手を離せない時に少しだけ・・・」など、ついゆるくなりがちなゲームや動画のルールについて、悩んでいることやわが家の成功・失敗談など、おしゃべりしませんか?

◆日時:2/27(金)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:2/22(日)

(※応募いただいた方全員に2/24(火)までにご連絡します。)

*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

<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:2/27(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:2/21(土)

※応募いただいた方全員に2/24(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:3/12(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)

※「オンラインあそびの広場」は3月で終了となります。

〆切:3/7(土)

※応募いただいた方全員に3/10(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

