

わたぼうし 3月号

オンライン de パルシステムのつどい

フライパンで簡単！ケーキサレ作り

フランス発祥のお惣菜ケーキのケーキサレ。オーブンで焼くのが一般的ですが、今回は手軽にフライパンで調理します。パルシステムの「産直小麦のホットケーキミックス」と「なめらか絹とうふ」を使用した生地に様々な食材を入れた、栄養たっぷりのケーキサレと一緒に作りませんか。

※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。



視聴のみ
のご参加で
もOKです

開催日時: 4月17日(金) 10:30~12:00 (10:15~受付開始)

講師: PLA 本城さん 参加人数: 20名

〆切: 3月20日(金)(お電話は15:30まで)。3月27日(金)までに

当落の結果をお知らせします。



甘酒でアレンジレシピ★ ワンプレートランチを作ろう

麹や発酵食品の学習会の後、さらっとした飲みごちでくせがなく、甘酒初挑戦の方にも飲みやすい「お米と米麹でつくったあまぎけ産直米使用」(ノンアルコール)を使用して、ワンプレートランチを作ります。

素材のうま味がぐっと上がる甘酒の自然な甘みと発酵の力を、砂糖代わりや漬け込みで料理やスイーツにも幅広く活用してみましよう♪



開催日時: 4月28日(火) 10:30~13:00 (10:15~受付開始)

会場: 松戸市民会館(松戸市松戸1389番地の1)102 料理教室

交通: JR常磐線・京成松戸線「松戸」駅下車・東口から徒歩7分

※公共の交通機関をご利用ください

講師: PLA 菊池さん

参加人数: 20名 参加費: 無料

保育: あり(1人500円、チーパス提示で200円)※一緒に参加はできません

〆切: 3月20日(金)(お電話は15:30まで)。3月27日(金)までに当落の結果をお知らせします。



松戸センター 地域情報紙

パルシステム千葉の組合員活動、事業、地域コミュニティにかかわる活動をお知らせする情報紙です。

発行日: 2026年3月9日(月) 発行元: パルシステム千葉 松戸センター

お申込み、お問合せは、各記事の連絡先、お申込み二次元コードをご利用ください。

★お申し込みの際にお預かりした個人情報、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。

掲載している二次元コードにつきまして、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問合せ・お申込みください。ご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

開催報告

【2/11(水・祝)「家族で簡単！みそ作り」

まつど市民活動サポートセンター】

チャック付き袋と「産直大豆ドライパック」を使った袋みそ作りを開催しました。原材料は「大豆」「こうじ」「塩」の3つだけ！みそ汁の素の「みそ玉」をみんなで作ってみそ汁にし、「は～い、さばみそ(缶)」「みそ焼おにぎり(産直米)」と一緒にいただきました♪



みそたっぷりの試食品



仕込んだ「みそ」は1か月熟成させたら食べごろに♪

みそ・だしの素・かつおぶし・好みの食材で作った「みそ玉」



◇◆5月の開催予定◆◇

5月27日(水)「パルブレッド学習会」

会場: 松戸市民会館

開催場所等が変更となる場合があります。詳細は次号にてご案内します。

つどいのお申し込み・お問い合わせはこちら

生活協同組合パルシステム千葉 松戸センター(松戸市松飛台273-1)

TEL: 0120-861-018(月~金 9:30~15:30)

※上記電話番号は、「わたぼうし」パルシステムのつどいの申し込み・問い合わせ専用ダイヤルです。

当落結果の連絡もこの番号からおかけいたします！

メール: matsudo-kumikatsu@pal.or.jp(24時間) 担当: 地域活動運営スタッフ

～パルシステムのつどいにお申し込みされる際には以下をお知らせください～

- ① イベント名
- ② お名前
- ③ 年代
- ④ 組合員番号
- ⑤ 日中連絡が取れる電話番号
- ⑥ 保育希望の場合はお子さんの名前(ひらがな)・性別・生年月日・保育経験の有無・オムツの有無(月齢4ヶ月のお子さんから保育をお受けします。)

※一緒にご参加希望の方がいらっしゃる場合は、お申し込み時にお知らせください。

【感染対策について】

※参加者・職員のマスク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、手指消毒にご協力をお願いいたします。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いいたします。

組合員以外のお申し込みもOK!