

# ★ Humming ★

ハミング4月号

発行日：2026年 4月 6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・5月




「リアル参加」型のつどいです  
パパだけでなく、お祖父様や  
おじ様、お兄ちゃんも大歓迎♪

## 母の日においしいプレゼント♪ パパ&キッスの\*おもてなしキッチン

「いつもありがとう」の気持ちを込めて、パパと子どもたちがシェフに変身！  
母の日に向けて、大好きなママを手作り料理でおもてなししませんか？  
料理が初めてのパパ、包丁に慣れないキッズでも大丈夫。出来上がるまでの間  
ママや小さなお子さまたちはゆったり休憩しながらお待ちください♪

調理予定：ちらし寿司、唐揚げサラダ、スープ、ドリンク など



開催日時：5月6日(水・振休) 10:30～13:00 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)※なし  
募集：小学生親子 8組程度 ※調理後はご家族一緒に試食していただきます  
保育：なし(未就学児のお子様同行の場合は、お母様と一緒にお待ちください)  
応募〆切：4月19日(日) ※抽選後、4月24日(金) 迄に当落結果をお知らせします

オンライン  パルシステムの  
つどい・5月



ご自宅から気軽に参加♪  
【PC】zoomの公式HPからインストール  
【スマホ、タブレット】アプリをインストール

## 安心につながる 知って得する\*生前対策講座



『そろそろ考えなきゃ』と思っているけれど、何から手をつけたらいいかわからない…。  
ご自身が望む「これからの暮らし」と大切な家族への「思いやり」を形にするための  
「生前対策」。昨今の相続事情を知って、将来の相続トラブルや財産管理についてなど、  
元気なうちにできる対策を専門家から分かりやすく説明していただきます。

開催日時：5月12日(火) 13:00～15:00 予定  
募集：15名程度  
講師：キズナ法務事務所 小嶋秀和さん  
準備：zoomを利用できる環境を整えてご参加ください。  
応募〆切：4月20日(月)  
※抽選後、4月24日(金) 迄に当落結果をお知らせします



バス  パルシステムの  
つどい・6月



## 海藻を知って、味わう♪ バスで行く！(株)リアス\*工場見学

三陸のワカメ・昆布を主力として日本全国の海藻  
を専門に取扱っている【リアス】さんを訪ねる  
バスツアー♪お昼は海藻づくしのヘルシー弁当を  
いただきます。谷津干潟自然観察センターは  
都心のオアシス・谷津干潟の観察学習施設。  
野鳥観察や自然観察におすすめのスポットです。

開催日時：2026年6月12日(金) 募集人数：16名(大人のみ)  
集合解散：JR 稲毛駅 8:45 集合 ⇒ 15:00 解散(予定)  
旅程：JR 稲毛駅 ⇒ (株)リアス ⇒ 谷津干潟自然観察センター ⇒ JR 稲毛駅  
参加費：2,000円 ※ご当選の方へ(株)農協観光より諸手続きのご案内を差し上げます  
応募〆切：4月27日(月)  
※抽選後、5月1日(金) 迄にお申込みいただいた方法にて折り返し当落結果をお知らせします



海藻専門加工卸  
株式会社 **リアス**

※ 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。



## 子育て中のママたち集まれ～！

### <子育て座談会 in パルひろば☆ちば>

みんなでしゃべりしてワイワイ楽しみましょ☆



毎月オンラインで開催している『子育て座談会』。今回は画面を飛び出して、会場で開催します！たまには自分の時間を作りたママも、仕事と育児の両立で奮闘しているママも、受験が終わってホッと一息のママも、とにかく大集合！おいしいお菓子と飲み物でリラックスしながら、日ごろのあれこれをおしゃべりしましょ☆  
\*お子さんの同席はできません。保育をご利用ください。

- ◆日時:4/29(水・祝)10:30~12:30
- ◆会場:パルひろば☆ちば (千葉市中央区新町18-10-1F) JR「千葉」駅徒歩5分、京成「千葉」駅徒歩7分
- ◆定員:15名(応募多数の際は抽選)
- ◆参加費:無料
- ◆保育:あり(定員10名) ※4カ月～お預かりできます 保育料:500円/人(チーパス提示で200円)
- ◆お申し込みは 4/19(日) (※応募いただいた方全員に4/22(水)までにご連絡します。)



お申し込みはこちら▲

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 講座】 これからの住まい、どう考えますか ～介護施設の種類と選び方～

本人の思いを大切にしたい住まい選びとは？

これからの住まいについて知っておくことは安心につながります。高齢期の住まいには、自宅で暮らす、住み替える、介護施設に入るなどの選択があります。今回は介護施設に着目し、種類や選び方のポイントを LPA(ライフプラン・アドバイザー)がご紹介します。本人の思いを大切にしたい住まい選びをいっしょに考えてみませんか。

- ◆日時:5/28(木) 10:00～12:00
- ◆会場:パルシステム千葉船橋本部 (船橋市本町 2-1-1 船橋スクエア 21 4階)
- ◆参加費:無料
- ◆定員:35 名程度(応募多数の際は抽選)
- ◆お申し込みは 5/19(火)
- ※応募者全員に 5/20(水)までに当落結果をお知らせします。



お申し込みはこちら▲

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

## <アーカイブ配信のお知らせ> 1/29(木)開催

【LPA 講座】 知って得する！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、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)がお伝えしています。



▲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送ります 申込お切:4/30(木)

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

## 親子で！友だちと！みんなで遊びにきてね♪

### <5月あそびの広場>

- ◆日 時:5/29(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18-10-1F (JR「千葉」駅徒歩5分、京成「千葉」駅徒歩7分/駐車場なし)



お申し込みは 5/23(土)

※応募いただいた方全員に5/26(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

## お米 スイッチ

5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 ー ター	お 切
産直	オンライン工場見学 from 北海道 野付の産直はたて・いくら・鮭	「森を育み海を守る」植樹活動をしている(野付漁協)より、漁獲から製品化までの流れをご紹介します。	5/14 (木)	10:30～12:00	習志野	4/17 (金)
くらし	安心につながる 知って得する*生前対策講座	「そろそろ考えなきゃ」と思っているけれど、何から手をつけたらいいかわからない…。将来の相続トラブルや財産管理など元気づけながらできる対策を分かりやすく説明します。	5/12 (火)	13:00～15:00	稲毛	4/20 (月)
平和	「檻の中のライオン」憲法学習会	「檻の中のライオン」著者で弁護士の大樹(はんど う たいき)先生を講師にお迎えし、「憲法」について学習します。	5/22 (金)	10:00～12:00	印西	5/1 (金)

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<今月のイッぴん!>

## 「源助だいこんおろしぽんず」



大根おろしは体にいいと言われているので日頃から取り入れたいと思いつつ、忙しかったり用意するのが面倒だったり…。でも、この商品に出会ってからは手軽に大根おろしを取り入れられて、しかも茹でた豚肉とお野菜にかけるだけでしっかりメイン料理に！家族からも「おいしいし、彩りもよいので週に一回食べたい！」と好評です。冷蔵庫に常備しておきたい一品です！

(商品伝えるサポーター R・S さん)

源助だいこんおろしぽんず 200ml 5月2回 食楽広場 380円(税込410円)

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ます。商品の次回企画・価格が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

## 【2026 年度サポーター 受付中！】

パルシステム千葉ではくらしの中の「こんなことできたらいいな♪」という組合員の声をもとに、さまざまなイベントや活動を行っています。いっしょにアイデアをカタチにしていく、活動を応援してくれる『サポーター』を2026 年度も募集中！初めての方も大歓迎！「興味があるけどできるかな？」という方も、まずは右下の二次元コードからパルシステム千葉ホームページをご覧ください！

子育て中なので、保育を利用したり、活動しやすい週末や祝日のイベントサポート、在宅の活動などを中心に参加しています！



日程や内容を確認してから参加を決められるので、自分のペースで参加できます！



詳細・登録はこちら▲