



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。

## ★パルシステムのつどい★



### 見て感動！食べて納得！ 切り絵の展示会



おみやげ付き♪

- 日時：5月14日(木) 10:00~12:00
  - 会場：野田センター2階 会議室  
パルシステムのだ中根店 向かい  
(野田市中根 193 番地)
  - 講師：自主活 切り絵の会
  - 参加費：無 料
  - 自由参加
- ※ 事前申し込み不要です。  
お気軽にお越しください。

自主的活動グループ「切り絵の会」が、今までの力作を展示します。パルの商品を試食しながら、切り絵の世界をお楽しみください。  
(自由参加)



### 《福祉・たすけあい助成金企画》 抗酸化力アップで若さを保つ食事の秘訣



抗酸化のキホンは、何と言っても「食」！  
抗酸化作用のある栄養素を摂取することが健康の秘訣。  
抗酸化、またアンチエイジングに役立つ食事や栄養について、管理栄養士の石田裕美子さんにお話を伺います。

- 日時：5月21日(木) 10:30~12:00
- 会場：野田センター2階 会議室  
パルシステムのだ中根店 向かい  
(野田市中根 193 番地)
- 講師：管理栄養士 石田裕美子さん
- 募集：15名 ●参加費：無 料
- お申込み：2次元コードまたはお電話にて受付します  
0120-868-218 (月~金 9:00~15:00)
- 申込締切：5/10(日)  
※5/13(水)までに全ての方に当落の結果をお知らせします。



<皆様へお願い> 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。

発行日：2026年4月6日(月) 発行元：パルシステム千葉 野田センター

TEL：0120-868-218 (月~金 9:00~15:00)

メール：[noda-kumikatsu@pal.or.jp](mailto:noda-kumikatsu@pal.or.jp)

お申込み、お問合せは各つどいの2次元コード、または上記連絡先をご利用ください。特に記載のない場合にはご家族、ご友人など組合員以外の方もお申込みいただけます。お申込み多数の場合には抽選となります。お申し込み時の個人情報は、受付名簿・連絡・会議・催し物の適切な運用の為に限定して利用します。



### センター長



いつもお世話になっております。生協の宅配パルシステムをご利用いただきありがとうございます。今年度からセンタ

一長を務めることになりました藤平 敏司(ふじひら さとし)と申します。パルシステムでは、商品のお届け以外にもたくさんの組合員活動を実施しています。組合員活動を通して、組合員の皆さんと一緒にパルシステム千葉を盛り上げていけたらと思っています。一年間、何卒宜しくお願い致します。

### 供給長



2026年度より野田センターの供給長に着任いたします小磯 剛士(こいそ つよし)と申します。

組合員の皆さんと野田センターのスタッフ一同で、パルシステム千葉を盛り上げていきたいと思っています。安全・安心をお届けし、パルシステムの魅力を多くの方にお伝えできればと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

### 営業長



今年度より野田センターに着任いたします松岡 渉(まつおか わたる)と申します。地域の皆さんのく

らしのお役に立ちに貢献させていただきたいと思えます。たくさんの方にパルシステムの良さを伝え、仲間づくりを推進していきたいと思えます。商品や活動を通してパルシステムの良さを体験させていただきたいと思えます。どうぞよろしくお願いいたします。

### つどい開催レポート



### 3/3(火)男の子も女の子もひなまつり

NPO 法人ゆう&みいによるひなまつり会を開催しました。絵本の読み聞かせやおひなさまを作ってあそびました！

<参加者の声>

- ・とてもたくさんの歌や絵本、手遊びうたなど楽しめました。また、イベントがあれば参加したいです。
- ・楽しくてあっという間でした。娘もたくさん笑顔になり、見ていて嬉しかったです。製作のお雛様も可愛くてお家で飾りたいとおもいます。

### 3/9(月)トークカフェ&試食会

組合員と職員にて試食しながら、パルシステムの商品やお役立ちサービスについて談笑しました♪

<参加者の声>

- ・スタッフの方に何うと個配の際、組合員の体調や不在の理由など気にかけて下さるとのこと。有難いと思えます。
- ・パルの商品を学ぶ機会は結構あるのですが、人と人とのトークはなかなかできないので、ありがとうございました。



### 6月のつどい予定

- 6/11(木) ロコモ体操
- 6/19(金) バス研修

※日程・内容は都合により変更になる可能性があります。詳細につきましてはまめパル5月号をご覧ください。

《pal商品おすすめリレー》はお休みさせていただきます。来月号をどうぞ楽しみに！

## 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☆

◆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)

◆お切: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。)



お申込みはこちら▲

\*お子さんの同席はできません。保育をご利用ください。



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

## <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お送りします  
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

ママ・パパの息抜きにもどうぞ♪

## 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:①5/7(木) ②5/21(木)

①②ともに10:30～12:00

(11:00ごろまでにご入室ください)

◆参加費:無料 ◆申込み:不要

◆会 場:パルひろば☆おたかの森

流山市おたかの森東1-3-1 プラティークヴェール 1階

(東武・TX「流山おたかの森」駅より徒歩3分/駐車場なし)



『あそびの広場』は、「保育の会 にこにこ」の先生と一緒に、絵本の読み聞かせや手あそび、季節のあそびなどを親子で楽しむイベントです。

申込み不要、時間内は出入り自由です。

組合員以外の方も参加 OK！お友だちを誘ってお気軽にどうぞ♪

お問い合わせ:0120-868-664(月～金 9:00～17:00) メール:palhiroba-ootaka@pal.or.jp パルひろば☆おたかの森

## 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 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なうちに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 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▲