

Palnote 連絡用紙

商品に関することやご意見・ご要望などをこの用紙でお寄せください！  
(太枠内のご記入をお願いします)

所属センター <input type="checkbox"/> 柏 <input type="checkbox"/> 印西 <input type="checkbox"/> 松戸 <input type="checkbox"/> 習志野 <input type="checkbox"/> 千葉 <input type="checkbox"/> 東金 <input type="checkbox"/> 野田 <input type="checkbox"/> 稲毛 (キューブ館山含む)		組合員番号 ※必須 (番号の記入間違いにご注意ください)			
コース	用紙提出日	年	月	日	回答 要・不要
記入欄					 こちらからもお問い合わせできます
商品についてのご連絡は、以下もご記入ください。					(パルシステム記入欄)
配達日 カタログ企画回	年	月	日 (月 回)		
商品名 青果は産地名も					受付
商品分類	青果 / 冷蔵 / 冷凍 / 常温 / 雑貨 / その他 ( )	リーダー/担当者	電算	責任者	
注文番号	単価 (税込)	数量			

キリトリ ✂

環境推進会議 環境コラム

「容器包装リサイクル法」とパルシステム

捨ててしまえば「ごみ」、正しく回収すれば「資源」～資源循環型社会の実現に向けて～

パルRポイントの  
申し込みもお忘れなく！


STEP 1 STEP 2  
 135097 1  
 商品に付いているRマークを探そう！ を記入・入力

注文番号 135097 と、数量 1 を記入して、リユース・リサイクル対象商品を1つでもパルシステムに戻すと、各週ごとに、パルシステムポイントが1ポイント付与されます。

詳しくはこちら→



パルシステムでは「たまごパック」「牛乳パック」「A Bパック」「ヨーグルトカップ」「商品まとめ袋」などの商品パッケージを回収し、積極的にリサイクルしています。容器包装について廃棄物の削減とリサイクルを目的とする「容器包装リサイクル法」によると、消費者は《分別排出》、市町村は《分別収集》、事業者は《リサイクル》を担うことで、三者が協力してリサイクルを推進するよう定められています。パルシステムも特定事業者として《リサイクル》にかかる費用を分担するとともに、容器包装以外の「商品カタログ」等も含め組合員宅から直接回収し、リサイクルを進めています。ごみは、正しく回収すれば資源として生まれ変わります。たまごパックは成形されて再びたまごパックに、紙パック類は再生紙となり、トイレットペーパー等になって再利用されます。資源回収には皆さんの継続的なご協力が必要です。日常的な習慣として、回収対象となる容器包装等をパルシステムに戻すことで、いっしょに資源循環型社会をめざしていきましょう。(組織・広報部 鈴木)

 マークが回収対象の目印です。詳細や戻し方はココでチェック→



総務部 TEL: 047-420-2600 (月～金 9:00～17:00) メール palchiba-kankyo@pal.or.jp

もっといい明日へ  
超えてく



パルシステムは第1回「ジャパンSDGsアワード」を受賞しました



パルノート  
Palnote

2026年  
6月1回  
2026.5.18発行  
vol.218

生活協同組合パルシステム千葉 <https://www.palsystem-chiba.coop>

旬を味わう今コレ!

パルシステムのおすすめ商品を使った、組合員としておきのレシピをご紹介します！  
これまでのレシピはこちら▶



A あじフライサンド

ペコママさんのレシピ!

ボリューム満点! 意外な組み合わせで美味

材料 【作りやすい分量】

食パン(8枚切り).....2枚 あじフライ(冷凍).....1枚  
千切りキャベツ.....2~3枚分  
※ソース&マヨネーズはお好みで

作り方

- 1 あじフライをレンジで温める。
- 2 食パンにキャベツといっしょにのせ、ソース&マヨネーズをかけてサンドする。
- 3 2つにカットして召し上がれ。

レンジで簡単!  
開きあじフライ  
4枚220g

6月2回  
コトコト・Kinari  
特別価格428円(税込462円)



今回のテーマ  
ごちそうサンド



B パクパクおいしいホットドッグ

4人のまあまさんのレシピ!

ほのかなカレーの風味が食欲をそそる

材料 【4個分】

テーブルロール(またはバターロール).....4個  
ポークウインナー.....4本 千切りキャベツ.....1~2枚分  
マーガリン・ケチャップ・カレー粉.....適量  
※お好みでマスタード

作り方

- 1 キャベツをカレー粉で炒める。
- 2 ウインナーを炒めてケチャップからめる。
- 3 切り目を入れたパンをトースターで温め、マーガリンを塗って具をはさむ。

ポークウインナー  
100g

6月1回  
コトコト・Kinari  
223円(税込241円)  
※ベアパックもあります。



C ツナ入りキャロットラペ・サンド

佐原農産物供給センター 女性部

「農め〜くらぶ」さんのレシピ!

レシピ動画はこちら!→

材料 【作りやすい分量】

食パン(8枚切り).....2枚 人参.....1本 スライスゆで卵.....1個分  
ハム.....1枚 スライスチーズ.....1枚 サニーレタス.....1枚  
A [ レモン汁.....小さじ2 ツナフレーク(缶詰ごと).....1缶 ]  
[ ブラックペッパー.....適量 ]  
B [ マヨネーズ・からし.....適量 ]

作り方

- 1 人参を千切りにして塩もみし、水けをしぼってAと合わせる。
- 2 食パンにBを塗り、サニーレタス→ハム→チーズ→1→ゆで卵の順に具材をはさむ。
- 3 オープンペーパーに包み、少しおいてからペーパーごと切る。

しっとり食パン  
(生クリーム使用)  
1斤8枚

6月1回  
コトコト・Kinari  
178円(税込192円)



おすすめ商品はコレ!



Palnote 2026年 6月1回 vol.218 2026.5.18発行 発行 生活協同組合パルシステム千葉 組織・広報部 〒273-0005 千葉県船橋市本町2-1-1 船橋スカイエタワー21F TEL 047-420-2605 FAX 047-420-2400