

はっぴい ぱる Happy Pal



千葉センター地域情報紙 2026年 5月号



※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。

千葉センター地域情報紙 発行日2026年5月11日(月)

組合員外のお友だちも参加できます

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。
 発行元:パルシステム千葉 千葉センター 〒266-0031 千葉市緑区おゆみ野 1-27-3

- ◆TEL:0120-31-8686(パルひろば☆ちば 月~金 9:00~17:00)
- ◆FAX:043-307-1821 (24 時間)
- ◆E-MAIL:chiba-kumikatsu@pal.or.jp
- ◇◇◇申込み・問い合わせは、上記連絡先、各行事の申込み2次元コードをご利用ください。

電話での申し込みはパルひろばでお受けします。

- ◆申し込み締切日 6月 A・B→5月22日(金)(どちらも電話は17時まで)
- ◆申し込みは記事内の二次元コード、上記千葉センターのメール、またはお電話でお願いします。
- ※申し込み多数の場合抽選。全員に5月29日(金)までに、メールまたは電話で当落の結果をお知らせします。

- 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。
- お申込みの際にお預かりした個人情報は受付名簿、連絡など会の適切な運営のために限定して利用します。

オンライン de パルシステムのつどい

zoom

【パソコン】 zoom

zoomの公式ホームページからインストール

▲Google Play ▲App Store

千葉6月 A オンライン開催

おうちでメキシカン！ 簡単、皮からタコスを作ろう♪

コーンフレークとホットケーキミックスでタコスを作ります。中の具もアレンジして一緒に楽しく作りましょう♪
 参加者にはホットケーキミックス200gと大豆ドライパック1袋をお届けします。
 ※パルシステムのコーンフレークプレーンは5月4回でご注文いただけます(コトコトのみ)

開催日時:6月16日(火)10:30~12:00

オンライン開催 ▶お申込みはこちらから

★参加費:無料
 ★講師 パルシステム・ライフ・アシスタント 渋谷友美さん
 ★定員 20名(申込み多数の場合は抽選)
 ★申し込み締切:5月22日(金) (電話は17:00 まで)
 ※お申込みの方全員へ5/29(金)までに当落をご連絡します。

会場に来てね パルシステムのつどい

千葉6月 B 会場に来てね

初めてでも簡単！袋で梅干し作り

袋を使って簡単に梅干し作りをします。季節の手しごとと一緒に楽しみましょう！干す前の状態でお持ち帰りいただけます。

開催日時:6月23日(火)10:30~12:30
 開催場所:パルひろば☆ちば 駐車場なし
 千葉市中央区新町 18-10 千葉第一生命ビル1階 (JR 千葉駅より徒歩 7 分、京成千葉駅より徒歩 5 分)

★参加費:無料
 ★講師 パルシステム・ライフ・アシスタント 榎本裕美子さん
 ★保育:あり おひとり500円(チーパス提示で200円)
 ★定員 20名(申込み多数の場合は抽選)
 ★申し込み締切:5月22日(金) (電話は17:00 まで)
 ※お申込みの方全員へ5/29(金)までに当落をご連絡します。

▶お申込みはこちらから

パルシステムのつどい4月開催報告

【4/14 春のちらし寿司作り♪】パルひろば☆ちば

パルシステムのすし酢と食材を使って彩も華やかなちらし寿司を作りました。PLAの吉弘さんに調味料のこだわりと薄焼きたまごのコツも教えていただきました。

◀参加者アンケートより▶
 ★初対面の皆さんとも楽しくお話ししながらおいしいちらし寿司作りが楽しかったです。
 ★パルの商品についておいしさの秘密がよくわかり、添加物のことも改めて認識しました。
 ★すし酢のほかにも、白だし、わかめひじきが美味しかったので購入したいです。
 ★学びが多かったです。

【ふるしき】は、エコ！

地球温暖化防止活動に活かす日本古来の布

開催日時: 6月4日(木)13:00~15:00
 開催会場: パルひろば☆ちば
 講師: 中川栄子さん 千葉県 CO2CO2 スマート出前講座講師 /消費生活コンサルタント/ふるしき研究会会員
 持ち物: 筆記用具、70cm 角程の風呂敷 ※後日詳細を連絡
 保育: あり (1人500円/チーパス提示で200円)
 応募切: 5月24日(日) ※応募いただいた方全員に5月27日(水)迄に当落結果をお知らせ

【主催・問合せ】 稲毛センター
 TEL: 0120-863-218 (月~金 9:00~14:30)

予告

~千葉センターつどい7月予定~(詳細は6月号で)会場はいずれもパルひろば☆ちば

- ★7/3(金)古着のゆくえを追いかけて&パキスタンカレー&フードドライブの仕分け体験
- ★7/20(月・祝)夏休み親子実験教室
- ★7/28(火)夏休み PEEK A BOO の人形劇

【LPA 講座】 知って安心！50代からの老後資金と年金の話
～ライフプランで見える化する安心のセカンドライフ～



人生100年時代と言われる今、「老後の生活費はいくら必要？」「年金だけで足りる？」と不安を感じていませんか。
50代の今だからこそ知っておきたい公的年金の仕組みや老後資金の考え方について、LPA(ライフプラン・アドバイザー)がケーススタディを交えて分かりやすくお伝えします。家計の見直しにもお役立てください。

- ◆日時:6/16(火) 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:35名程度(応募多数の際は抽選)
 - ◆お申込:6/4(木) [お申込みはこちら](#)
- ※応募者全員に6/5(金)までに当落結果をお知らせします。

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

6月2回新発売!

2025年度パルシステム千葉組合員開発協力商品
『みんなにわけっこどうぶつビスケット』

2025年度商品開発チームが新規開発に取り組んだ『みんなにわけっこどうぶつビスケット』が6月2回カタログで新登場!!
パルシステムの「産直大豆の無調整豆乳」と産直小麦を使用したこのビスケットは、水を使わずに豆乳だけで生地を練り上げているので、素材の味わいが楽しめます。
添加物に頼らず、“老若男女みんなに美味しいビスケット”をめざして開発しました。お子さんのおやつはもちろん、大人の方の「ちょっとひと息」にもおすすめです。6月2回カタログでぜひお試しください!



組合員活動・コミュニティ政策推進部
TEL:047-420-2605(月~金 9:00~17:00)
メール:palchiba-katsudo@pal.or.jp

特別価格

6月2回 コトコト・きなりで注文できます!
注文:6/1~6/5 お届け:6/8~6/12

【親子参加】ピースアクション in ヒロシマ 参加者募集

全国の生協の組合員が集まり、被爆体験の継承や核兵器のない世界への想いを共有する「ピースアクション」への親子参加を募集します。
現地では被爆体験講話の聴講や平和記念公園の碑めぐりを行い、最終日は平和記念式典へ参加します。平和の大切さについて親子で学び、考える機会にしませんか。ご参加をお待ちしています。

- ◆日時:8/4(火)~8/6(木) 2泊3日 広島県広島市内 (※7/11(土)の事前説明会、8/22(土)の振り返り会への参加が必須となります。会場はパルシステム千葉本部(船橋市)、時間は10:00~12:00を予定)
- ◆定員:5家族10名(保護者1名・子ども1名。大学生は1名での参加可)
- ◆参加費:大人35,000円 高校生・中学生25,000円 小学生20,000円(小学5年生以上)
- ◆お申込:5/31(日) (※応募多数の際は抽選。応募いただいた方全員に6/4(木)までにご連絡します) [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 コミュニティ政策推進課

<アーカイブ配信のお知らせ> 3/7(土)開催
【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～



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:5/31(日)

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

お米 スイッチ

6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	お切
食・調理	梅の香りに包まれて♪ はじめての「梅シロップ」づくり	梅のシーズンを迎える時期に、こんぺいとうを使った見た目もかわいい梅シロップと作ってすぐに飲める炭酸シロップ煮をご紹介します♪	6/10(水) 13:30~15:00	柏	5/22(金)
	忙しい人の味方! 糖しぼり大根の作り方&活用法	ひかえめな塩分とやさしい甘さで人気のお漬物「糖しぼり大根」の作り方と活用法をお伝えします。	6/12(金) 10:30~11:30	松戸	5/24(日)
	おうちでメキシカン! 簡単、皮からタコスを作ろう♪	コーンフレークとホットケーキミックスでタコスを作ります。中の具もアレンジして一緒に楽しく作りましょう♪参加者にはホットケーキミックス200gと大豆ドライパック1袋をお届けします。	6/16(火) 10:30~12:00	千葉	5/22(金)
	正しく知って選ぼう!! フェアトレードバナナの秘密とおいしい食べ方	バナナのお話と手軽に作れるアレンジメニューをご紹介します。	6/16(火) 13:00~15:00	東金	5/31(日)

<環境コラム> 何問正解できるかな?
リユース・リサイクルクイズ 全5問!

パルシステムでは循環型社会の実現に向け、「3R」(リデュース・リユース・リサイクル)に取り組んでいます。
包材のトレーをなくすなど、使う前に減らす「リデュース」、回収したびんを繰り返し使用する「リユース」、回収した資源を新たな製品に生まれ変わらせる「リサイクル」への協力を組合員の皆さんに呼びかけています。

パルシステム千葉のホームページでは【リユース・リサイクルクイズ】を展開中! 全問正解目指して挑戦してくださいね!



▲クイズはこちらから

お問い合わせ:
TEL:047-420-2605(月~金 9:00~17:00)
メール:palchiba-katsudo@pal.or.jp
組合員活動・コミュニティ政策推進部

【LPA カフェ】 物価高に負けない!
どんな工夫をしていますか?

毎日のように耳にする物価上昇のニュース、気になりますね。日々の節約など、みんなはどうしているのかしら?何となく感じている日常の疑問や暮らしの工夫について LPA(ライフプラン・アドバイザー)といっしょにみんなでおしゃべりしながらヒントを見つけてみませんか。お気軽にお立ち寄りください。お飲み物を用意してお待ちしています。

- ◆日時:6/25(木) 10:00~12:00 ※開催時間中は出入り自由 (11:30までにお入りください)
- ◆会場:パルひろば☆ちば (千葉市中央区新町 18-10 1F)
- ◆参加費:無料 ◆定員:16名
- ◆お切:6/16(火) ※応募者全員に6/17(水)までに当落結果をお知らせします。



お申込みはこちら▲

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

<あそびの広場>

- ◆日時:6/26(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)



会場開催

親子で読み聞かせやふれあいあそびをします。遊びにきてね♪

お切:6/20(土) ※応募いただいた方全員に6/23(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