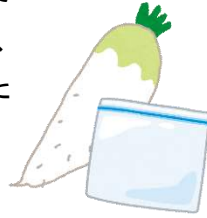


# わたぼうし 5月号

オンライン de パルシステムのつどい

## 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」。実はご家庭でも簡単に作れちゃいます！3種類の調味料と大根をポリ袋に合わせ入れて、数日おくだけでできる「糖しぼり大根」の作り方のご紹介と、できあがった「糖しぼり大根」を使った、暑い季節にピッタリのアレンジレシピを紹介します。パルシステムの青果のお話も聞けますよ♪  
はじめする季節に、さっぱりとした箸休めの一品を作ってみませんか。



**開催日時: 6月12日(金) 10:30~11:30** (10:15~受付開始)  
講師: PLA 内田さん 参加人数: 20名  
〆切: 5月24日(日)(お電話は5月22日(金)15:30まで)。  
5月29日(金)までに当落の結果をお知らせします。



## こころも元気に！からだを整えるスープレシピ

栄養バランスが整った食事を毎日作りたい！・・・けど難しいこともありますよね。そんな時に役立つ、一皿にたんぱく質と野菜がたっぷりに入った簡単スープのご紹介です。調理実習ではパルシステムの「は〜い、さばみそ(缶)」を使ったスープを一緒に作ります。手軽に栄養が摂れるのでシニア世代にもおすすめですよ！  
パルシステム千葉の夕食宅配「うちの晩ごはん おかずタイプ」の試食もあります♪



**開催日時: 6月26日(金) 10:30~13:00** (10:15~受付開始)  
会場: 東部市民センター(松戸市高塚新田494番地の9) 3階 料理教室  
交通: JR常磐線・京成松戸線「松戸」駅東口より京成バス千葉ウエスト 梨香台団地行きに乗車し、終点下車徒歩約1分 ※公共の交通機関をご利用ください  
講師: 商品伝えるサポーター 榎本さん 参加人数: 20名 参加費: 無料  
保育: あり。4カ月～。(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: 5月24日(日)(お電話は5月22日(金)15:30まで)。  
5月29日(金)までに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。ご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

## 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5月11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。

## 地域活動運営スタッフ募集のお知らせ

パルシステムと地域をつなぐお仕事です。組合員対象に地域の会場、またはオンラインで開催する「食育」「くらし」「子育て」などの企画、運営。広報紙などパソコンで簡単な入力業務。

**勤務地** 松戸センター(住所: 松戸市松飛台 273-1)  
**勤務時間** 10:00~16:00(実働 5h)  
**勤務日数** 月~金のうち週3日 ※祝日含む  
**時給** 時給 1,160円~(毎年昇給あり) ※祝日出勤: 時給 50円アップ  
**資格** 要普通免許(AT可) ※業務では社用車を使用  
簡単なPC操作が出来る人  
**問い合わせ先** 組合員活動・コミュニティ政策推進部  
求人専用ダイヤル: 047-420-2605  
(受付: 月~金 9:00~17:30) 担当: 採用担当



こちらの「応募する」ボタンより web エントリーもできます

7月  
開催予定

7月30日(木)パルシステムのつどい  
「みんなで手打ちうどんを作しましょう」  
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カ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!