



まめパル 2026年 6月号



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 ★


もう迷わない! 『今の私』が一番輝く色の選び方 パーソナルカラー講座



おみやげ付き♪



年齢とともに変わる肌に合わせて、『今のあなたに似合う色』を見つけてみませんか?
色を味方にするコツを気軽に学べる体験ワーク付きのやさしい講座です。ご家族、ご友人など組合員以外の方もご参加いただけます!


- 日時：7月16日(木) 10:30~12:00
- 会場：野田センター2階 会議室
野田市中根193番地(パルシステムのだ中根店向かい)
- 講師：イメージコンサルタント 倉田 貴枝さん
- 募集：15名 ●参加費：無 料
- 保育：あり(定員4名・要予約・4ヶ月~)
お申し込みの際に必ずお知らせください。
(チーパス提示で500円⇒200円)
- 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：7/5(日) 
- ※7/8(水)までに全ての方に当落の結果をお知らせします。

おみやげ付き♪



夏休み親子企画 ハーバリウムボールペン作り



- 日時：7月31日(金) 10:00~12:00
- 会場：野田センター2階 会議室
野田市中根193番地(パルシステムのだ中根店向かい)
- 講師：安田 あすかさん
- 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：7/19(日) 
- ※7/22(水)までに全ての方に当落の結果をお知らせします。

親子で楽しむハーバリウムボールペン作り体験教室♪
初めてでも安心、丁寧にお教えします。特別な記念になる、可愛い自分だけのオリジナル文房具を作ってみませんか?
ご自身用にはもちろん、大切な方へのプレゼントにもおすすめです。組合員以外の方もぜひどうぞ!

<皆さまへお願い> 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6月8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
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。つどいにご参加いただいた方にはパル商品のお土産をご用意しております。
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。



あらびきポークウインナー 85g 223円 税込241円

使用する部位は、うまみが濃く、ほどよく弾力のあるカタ肉に限定。

- 粗めにひいて、肉の粒感を残しました。
- かめばプリッと弾け、ジューシーな肉汁がじゅわっ。
- ウインナーの色がややくすんで見えるのは、色みをあざやかにする亜硝酸塩を使わない「無塩せき」という製法だから。
- できるだけ添加物には頼らず、素材の持ち味を生かしています。



次回 毎週

うまみが濃い。弾力があり国産肉使用、添加物がないのが一番いい。無塩せきで作ってるとのこと。豚肉本来の味がありプリッとした食感が嬉しい!
(萩原晶子さん)

リユース・リサイクル品を戻してポイントをもらおう~パルシステムから「戻す」のお願い~

- ・カタログ、チラシ類
- ・リユースびん
- ・米袋、紙製のたまごパック
- ・お料理セットの紙製トレー
- ・トマト、いちごの外箱
- ・富士の天然水ペットボトル (キャップは外す)
- ・紙パック、AB パック(内側が銀色のパック)
- ・カタログや商品のまとめ袋

6桁注文番号「135097」と数量「1」を記入、または入力しお申込みのうえ、リユース・リサイクル対象商品を通い箱にお戻しいただくか配達担当にお渡しいただくと、対象商品の返却数にかかわらず1週(1回)につき1ポイント付与いたします。

対象期間
2026年9月末まで



つどい開催レポート 5/14(木) 見て感動! 食べて納得! 切り絵の展示会



自主活グループ【切り絵の会】の作品の展示会を開催しました。作品をご覧になった方からは「(切り絵を)やってみたい!」「やってみたくて難しそう」などのお声をいただきました!

5/21(木) <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

活性酸素が白内障の発症につながることは知らなかった。増加を防ぎメリットを得るためにも抗酸化は不可欠。いただいたレシピ、試してみたいと思います。



8月のつどい予定

- ・8/5(水)【夏休み親子企画】科学実験教室
- ・8/7(金) サマーコンサート
- ・8/26(水) トークカフェ&ミニ試食会

※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7月号をご覧ください。

【ご自宅からオンライン参加】ピースアクション in ナガサキ「子ども平和会議」

未来を担う子どもたちへ、戦争や核兵器のない平和な世界を築くための意識を育むことを目的として実施をしている「子ども平和会議」への参加者を募集します。オンラインで全国の子どもたちと平和の学習やグループ交流を行います。自分の住んでいる地域の平和活動や戦跡等について調べるなど事前学習をしたうえで、当日の会議にご参加いただき、平和について学びます。夏休みの自由研究にもぴったりのプログラムです。ご参加をお待ちしております。

◆日時:8/2(日)14:00~16:00
オンライン開催(ZOOM)

※ご参加にはパソコン(カメラ付)、またはタブレット、スマートフォンが必要です。資料の画面共有があるため、パソコンやタブレットなどを推奨します。

◆定員:なし
◆対象:組合員家族の小学5年生~高校生のお子さま
◆参加費:無料
◆お切:6/28(日)

※応募いただいた方全員に7/3(金)までにご連絡します。
※パルシステム千葉にて申し込みを受付し、日本生協連から参加者へ事前課題をお送りします。

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

商品伝えるサポーターがオススメする<今月のイッピン!>「有機若芽ひじき」

正直なところ、あまり気に留めていなかった商品でしたが、パルシステムの職員に おすすめされて注文。パッケージに載っていたレシピを参考に、卵といっしょに炒めたら、シャキシャキした食感がとても新鮮で、クセもなくおいしい!意外とたくさん入っていて、炒め物や汁物など色々な活用ができますよ♪

(商品伝えるサポーター:S.Sさん)



有機若芽ひじき 80g 毎週 コトコト・きなり 198円(税込214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。価格・次回企画は変更となる場合があります。
お問い合わせ:047-420-2605 組合員活動推進課

<子育てオンライン座談会>

子どもの「足」のことについてみなさんと楽しくオンラインでお話ししましょう。テーマ以外のあんなことやこんなこと普段聞けない内容を話すおしゃべりタイムもあります。お気軽にお申し込みください。



◆日時:6/22(月)10:30~12:00
◆定員:8名(応募多数の際は抽選)
◆参加費:無料 ◆参加方法:Zoom
◆お切:6/18(木)

(※応募いただいた方全員に6/19(金)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 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♪

<7月あそびの広場>

「保育の会 にこにこ」の先生と一緒に、絵本の読み聞かせや季節のあそびなどを親子で楽しみましょう。申込み不要、時間内は出入り自由です。お友だちを誘ってお気軽にどうぞ♪



◆日時:①7/2(木) ②7/16(木)
①②ともに10:30~12:00(入室11:00まで)

◆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 1階
(東武・TX「流山おたかの森」駅より徒歩3分/駐車場なし)

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

【自主的活動グループ・参加者募集】

和布あそび展

着物をリメイクした作品を展示販売します。今回は洋服、バッグ、小物、つまみ細工のアクセサリなどです。着物リメイクのご相談も承ります。



◆日時:6/18(木)~19(金)10:30~18:00

◆会場:レンタルスペース宝石箱
(市川市八幡 2-15-15)
※JR 本八幡駅北口徒歩 2分

◆お申込み:不要(当日お越しください)
◆参加費:なし ◆保育:なし
◆お問合せ:TEL 090-6927-4279
FAX 043-266-2052(遠藤)

お米 スイッチ

7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	時間	講師	お切
食調理	目指そうヘルシーライフ! ちょっと工夫で*おいしい減塩	「減塩=薄くて物足りない」と思いませんか? 少しの工夫で「しっかりおいしい」味付けのコツを学び、体が喜ぶヘルシーライフをはじめましょう!	7/7(火)	10:30~12:00	稲毛	6/21(日)
子育て	【夏休み親子企画】 ワクワクがいっぱい! 夏休み科学実験教室	ペーパークロマトグラフィー&サイダー作り オンラインにて「色を分ける実験」と「不思議なサイダー作り」の科学実験を行います!	7/28(火)	13:30~15:00	印西	6/19(金)
	なぜ?どうして?ふしぎ発見! 楽しい科学実験教室	商品検査センターの職員が、小学生向けの科学実験教室を開講! 実験キットをお届けして、ペーパークロマトグラフィーとサイダー作りの実験を行います!	7/29(水)	10:00~11:30	習志野	6/19(金)

<環境コラム>千葉センターのつどいで

環境サポーターが食品ロスの削減を伝えました

パルシステムでは食べものを大切に、そして食品ロスを削減するために、さまざまな“もったいない”の活用に取り組んでいます。5/26(火)に開催した千葉センターのパルシステムのつどいは、そんな“もったいない”が主役。規格外となってしまった青果を活用した商品「産直りんごのアップルパイ」や「レンジで簡単!北海道栗かぼちゃのコロック」、注文数より多く産まれたお届けしきれない卵(余剰卵)を活用した「カスタードプリン」などの“もったいないをおいしく活用している商品”について、環境サポーターが紹介しました。

生産者がていねいに、大切に育てた作物や卵などをむだなく活用することで、食品ロスを減らすことはもちろん、作り手の安心にもつながっていきます。



お問い合わせ 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

ボランティア募集!

松戸市六実にあるサービス付き高齢者向け住宅「にじいろばる松戸六実」にて、施設美化などのボランティア活動を募集します!皆さまの「ちょこっと」のお力をお貸しください。ボランティア活動が未経験の方も大歓迎です♪

◆日時:6/22(月)~6/27(土) ※1日からOK!
◆活動時間:午前 10:00~12:00、
または午後 15:00~17:00
◆活動場所:松戸市六実 2-5-1
【最寄り駅:東武アーバンパークライン「六実」駅より徒歩 7分】
◆謝礼・交通費:支給なし
◆保険について:当生協の行事保険を適用しますので、安心してご参加いただけます。
◆お切:6/20(土)まで
(※応募者全員に6/21(日)までにお知らせします)



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
組合員活動・コミュニティ政策推進部