

特集 初参加、ソロ参加でも安心!

Welcome to パルシステムのつどい



体験レポ

パルシステムのつどい

**「おいしさ実感!
初めての手ごねパン作り」**

5月27日 松戸センター



初めての参加!
緊張するけど大丈夫かな…



P4 備蓄品を定期的に見直そう

食べながら備える“ローリングストック”

P5 理事会・監事会だより

P6-7 知ってる? やってみよう!
お知らせ&イベント情報

Present!

『ごんせんくんの石けん
85g×3個組』



30名様



ご応募はP8をご覧ください。

特集 初参加、ソロ参加でも安心!

Welcome to パルシステムのつどい



パルシステム千葉ではさまざまなイベントを開催しています。興味のあるものが見つかったら、参加を決めるにはちょっとした勇気があるもの。そんなイベント参加の第一歩にオススメなのが「パルシステムのつどい」です。“組合員の皆さんにパルシステムのファンになってもらう”ためのイベントで、誰でも楽しめる工夫がされています。

「パルシステムのつどい」の開催情報はパルシステム千葉のホームページや毎月カタログと一しょに配付している各センターの地域情報紙でご案内しています。



千葉センターの地域情報紙

「パルシステムのつどい」に実際に行ってみました

「おいしさ実感! 初めての手ごねパン作り」体験レポート

松戸センター
パルシステムのつどい
開催日: 2026年5月27日(水)
会場: 松戸市民会館
参加人数: 25名
講師: 株式会社パルブレッド
参加費: 無料

3種類も作るの!?
ちゃんとできるかな...

- ① クリームパン 生地40g
- ② おさかなソーセージロール 生地40g
- ③ ミニビザパン 生地40g

1 まずは講師による実演



講師 株式会社パルブレッド 平田耕一さん

ちょっと大変だけど
とてもおいしい「手ごね」を
体験してくださいね

2 作業中はしっかりサポート

講師やスタッフが各調理台を回り、サポートします。



初めての
パン作りだけど
安心♪

3 みんなで作業

コツがわかれば知らない人同士でも和気あいあい。



ちゃんと焼けるか
ドキドキするね

初対面同士でもいっしょに
作業をすることで自然と会
話が生まれますよ。

みんなであげよう!

4 でき上がり!

ふっくらクリームパンが
焼き上がりました



参加者の感想

パルシステムのパンのこだわりも教えていただき、おいしい理由がわかりました。また、自社製品にとっても自信をもっていることが伝わってきて、ますます応援したくなりました。

おいしく焼けて大満足!
知り合いもできて
とっても楽しめました



パルシステムのつどいにも 安心して参加できる 3つのポイント

ポイント 1

初めての参加でも
しっかりサポートします



- ★ 持ち物やアクセスなど事前の参加案内で
ていねいにお知らせ
- ★ 開始時には1日の流れと、スタッフを紹介
- ★ 作業がある場合は講師のほか、担当職員や
組合員サポーターが補助
- ★ 加入したばかりの人もしっかりサポート

オンライン参加も!

自宅から参加できる「オンラインのつどい」も
気軽に参加できます! と好評。小さなお子
さんがいる方など「時間はあっても外出は難し
い」方にもオススメです。

ポイント 2

パルシステムが共通の話題
ソロ参加でもすぐに馴染めます



- ★ ひとりで参加される方がほとんど
- ★ 参加者はほぼパルシステム組合員なので、
お気に入り商品の情報交換なども!

もちろん知り合
い同士の参加も
大歓迎! 組合員
でないお友だち
もいっしょに参加
できます。



ポイント 3

参加費無料*で安心して
パルシステムを満喫できる



- ★ パルシステムの商品作りや生産者の想いを
伝えるのが目的
- ★ パルシステムのファンになってもらうための
イベントなので参加費は無料!

※バス企画を除く。

新商品のご紹介を
することもあります。



さらに こんなところも魅力

「パルシステムのつどい」は ジャンルも豊富

調理企画のほかには試食会や季節のクラフト、
各種学習会、工場やセンターの見学などもあ
ります。



近隣センターで開催 気軽に行ける!

「パルシステムのつどい」はセンターごとに開
催。お住まいの地域で開催されることが多い
ため、気軽に参加できます。所属センター以外
の「パルシステムのつどい」にも参加できます。



全センターのつどいの情報は、パルシステム千葉ホーム
ページ「イベント情報」からご覧いただけます。

保育のある 「パルシステムのつどい」も

別室で小さなお子さん※を預けることができ、
安心して参加できます。月齢に合わせたおも
ちゃや絵本を用意しています。
※生後4か月のお子さんから。保育のない企画もあります。



組合員活動推進課
小倉 友 山田 智明 今井 涼子

「パルシステムのつどい」はパルシステムの
商品のこと、産地のこと、メーカーのこと…
いろいろ知っていただき、パルシステムを
もっと好きになってもらいたい、という想い
で毎月各配送エリアで開催しています。
「加入したばかりだから難しいかも…」「知

合いがないしひとりで行くのは不安…」と
いう方もご安心ください! 「パルシステム
のつどい」はおひとり参加の方が多く、参
加者同士で交流するのも楽しみのひとつ。
試食や交流を通してお気に入り商品を見つ
けていただくきっかけとしてもオススメな
ので、加入したばかりの方、パルシステムに
ついてまだまだ詳しくわからないという方
こそ、まずは一度参加してみてくださいね!

「パルシステムのつどい」の魅力
を紹介した動画も見てね!



9月1日
防災の日

備蓄品を定期的に見直そう

食べながら備える“ローリングストック”

万一の災害に備え、各家庭で「人数×3日分」の飲料水や食料を備蓄することが推奨されています。しかし、保存に特化した食品を買いそろえたり、一つひとつの賞味期限を管理するのは大変…。無理なく続けるための方法をご紹介します。

ローリングストックとは
いつでも使えるように
「保つ」備蓄方法です

日ごろから利用している商品を少し多めに購入し、備蓄するのがローリングストックです。古いものから消費し、同時に買い足すことで備蓄の量と鮮度を保つことができます。

使った分を
補充する

注文していた分が
届いたら
備蓄用に回します



多めに注文して
備える

飲料水や賞味期限が長めの食品を3日分買いそろえておきます。避難生活のストレス緩和のため甘いお菓子もオススメです。

期限が近くなる前に
食べる

同時に保存する分の
注文を忘れずに！

ローリングストックのポイント

- 期限の管理は“大まか”に。賞味期限の細かい管理は無理のモト。
- カラーテープなどを目印にして“大まかな”期限がひと目でわかるように。
例：12月まで→赤いテープ、3月まで→青いテープ など
- 日常のなかで消費できるものは早めに入れ替え、鮮度をキープ。



同時配付の
防災備蓄チラシも見てね



徳用産直ごはん（パック）
秋田あきたこまち 200g×20
8月3回防災備蓄チラシ
特別価格 3,660円（税込3,953円）



スパゲッティ（1.4mm） 1kg
8月3回防災備蓄チラシ
特別価格 386円（税込417円）



16種類の国産野菜ジュース
（北海道産トマト使用） 190g×20
8月3回防災備蓄チラシ
特別価格 2,378円（税込2,568円）

パルシステム千葉の「自主的活動グループ」と「広がる企画」を知っていますか？

地域で活動するグループ（団体）を、パルシステム千葉が活動費補助、広報、施設利用など、さまざまな方法で応援するしくみです。テーマは自由。子育て・健康・食育・環境・平和のほか、趣味やボランティアなど多種多様な団体が登録しています。同じ関心をもつ人とつながりたい、地域で何か始めてみたい…。そんな想いをかたちにできる「自主的活動グループ」は、組合員1名が発起人（代表者）となり、メンバー3名以上でカンタンに登録することができます。

「自主的活動グループ」ってなに？

- メンバーが3名以上
- うち、1名以上がパルシステム千葉組合員
- 活動期間は1年間（今年度は2026年4月1日から2027年3月31日まで）
- 1年ごとの登録（昨年度に登録していたグループも、新たに登録が必要です）
- すでに活動しているグループや新しく立ち上げるグループも登録OK



子育て

コンサート

登録するとこんなメリット♪

1 活動費の補助がある

グループ活動に使用する費用として、年に1回の補助があります。

メンバー中、パルシステム千葉の組合員が1～2名	→ 1,000円
メンバー中、パルシステム千葉の組合員が3名以上	→ 3,000円

2 広がる企画

グループに登録しているメンバー以外の組合員や地域の方も参加できる企画は、「広がる企画」として費用の一部を年3回まで支援します。

広がる企画 メンバー以外の方も参加できる企画	最大5,000円 の補助（※）
広がる企画+テーマ支援 ● メンバー以外の参加者が10名以上（募集枠） ● 福祉、ボランティアなどに関わる企画	最大 10,000円 の補助（※）
広がる企画+重点支援 ● メンバー以外の参加者が10名以上（募集枠） ● 食育・教育などの子育て、環境・平和等のテーマおよびパルシステムの食や考え方を理解促進する企画など	最大 15,000円 の補助（※）

※企画にかかる費用から参加費、他の支援費などを差し引いた実費の不足分が支援の対象となります。活動にかかる全ての費用を補助するわけではありません。
※報告書の提出後に、発起人のパルシステムご利用代金から相殺となります。
振込支給ではありません。

3 機関紙『Palnote』などで広報できる！

『Palnote』の「お知らせ&イベント情報」ページ内「自主的活動グループ★けいじ板!」でイベントの告知やメンバー募集ができます。

4 パルシステム千葉の施設が使える！

パルシステム千葉の各配送センターの会議室（千葉センターを除く）が利用できます。また地域活動施設「パルひろば」を組合員価格で利用できます。
イベントの開催のほか、打ち合わせなどにも活用されています。

5 登録期限と活動期間

- 登録期限：2026年10月31日（土）まで
- 活動期間：1年間（2026年4月1日～2027年3月31日）

お問い合わせ

組合員活動・コミュニティ政策推進部（パルひろば☆ちば）
メール：palchiba-jikatu@pal.or.jp
TEL：0120-31-8686（月～金9:00～17:00）

※詳細はパルシステム千葉のホームページの「自主的活動グループ」をご確認ください。



理事会・監事会だより

5月事業状況

【供給高】2,888,655千円（予算差+1,661千円）
【出資金】10,856,233千円（先月差+53,802千円）
【組合員数】273,587名（先月差+955名）

【2026年度 第1回理事会】2026年6月9日開催

1. 「2026年度パルシステム千葉コミュニティ活動助成基金」運営委員会の委員および助成総額決定の件

【2026年度 第2回定例理事会】2026年6月24日開催

1. 第18期・2026年度理事報酬額決定の件

【2025年度 第16回監事会】2026年6月2日開催

1. 第13回臨時理事会、第14回定例理事会について
2. 監査法人監査の相当性判断と評価及び2026年度契約について
3. 総代会チェックリストについて
4. 総代会での監事会からの監査報告及び報告者について

5. 2025年度監査所見への回答内容について
6. 2025年度出資の総口数及び総額変更手続きの経過について
7. 2026年度第1回代表理事・監事懇談会について

【2026年度 第1回監事会】2026年6月9日開催

1. 2026年度公認会計士等の報酬額について

知ってる? やってみよう! お知らせ&イベント情報

※お申し込みの際にお預かりした個人情報は、受付名簿、連絡、会議・催し物等の適切な運営のために限定して利用します。
 ※「お知らせ&イベント情報」で掲載している表示価格は、すべて税込み価格です。(募金は消費税対象外)
 ※掲載している各種活動および行事は、ホームページおよび各二次元コードからもお申し込みいただけます。

【重要】夏季休業に関するお知らせ

お知らせ

今年の夏季休業として、8月10日(月)～14日(金)の配達および夕食宅配、家事支援事業をお休みさせていただきます。
 また、各種窓口につきましても以下の期間は夏季休業となります。休業中にいただいた問い合わせについては、8/17(月)以降に順次対応させていただきます。

【パルシステム問合せセンター】 TEL：0120-868-014

8/8(土) は9:00～17:00までの営業、8/9(日)～16(日)は休業となります。

【パルシステム注文センター】 TEL：0120-086-379

8/8(土) は9:00～12:00までの営業、8/9(日)～16(日)は休業となります。



夏季休業の詳細はこちら



問い合わせはこちら

【LPA 講座】年収の壁を学ぼう

複雑になって悩ましい税金と社会保険について

「年収の壁」と税金・社会保険のしくみについて、LPA（ライフプラン・アドバイザー）がわかりやすくお伝えします。
 会社員・パート（60歳以下）で働く方、これから働こうと考えている方、育休中の方など、関心のある方にぜひ知ってほしいお話です。扶養内・扶養外など、ご自身に合った働き方を考える際に役立つ講座です。



くらし

日 時：9/19(土) 10:00～12:00 参加無料
 オンライン開催 (Zoom)
 定 員：30名 〆切：9/8(火)
 ※応募者全員に9/9(水)までに当落結果をご連絡します。



TEL：0120-31-8686（月～金 9:00～17:00） パルひろば☆ちば

パルシステム千葉 環境リーフレット発行のご案内

環境への取り組みをご紹介します！

持続可能な社会の実現に向けた、省エネルギーの推進や再生可能エネルギーの活用など、パルシステム千葉で取り組んでいるさまざまな環境への取り組みをご紹介します。

「リユース・リサイクル品と戻し方」の保存版リストもございますので、ぜひご活用ください♪

リーフレットは右の二次元コードよりご覧いただけます。

また、ホームページにも掲載していますので、ぜひご覧ください。

TEL：047-420-2600（月～金 9:00～17:00）
 パルシステム千葉 環境推進会議事務局



環境



リーフレットはこちら

東京電力福島第一原子力発電所事故被災者応援金 ご協力をお願い

平和

パルシステムは被災者・避難者への支援を続けています

パルシステムでは、東日本大震災や東京電力福島第一原子力発電所事故の被災者を応援する活動を続けています。
 組合員の皆さまから寄せられた募金は、パルシステムが推薦した団体の被災者や避難者を支援する保養活動や交流活動に対して「応援金」として助成されます。皆さまのあたたかいご支援をよろしくお願いいたします。



【通年募集】 6ケタの注文番号をご入力ください。

募金方法	300 円(ポイント)	1,000 円(ポイント)
現金の場合	186601	186619
ポイントの場合	169056	169064

※ポイントは1ポイント1円換算です。
 ※募金は通年でできます。
 ※この募金は、税額控除対象ではありません。

パルシステム千葉では、以下の2団体を推薦団体とし、福島応援金の助成を通して活動を応援しています。

【東日本大震災復興支援 松戸・東北交流プロジェクト】 松戸市

松戸・東北交流サロン「黄色いハンカチ」を運営し、東京電力福島第一原子力発電所事故の避難者と地域住民の交流による「居場所づくり」に取り組んでいます。被災当事者が語り部となる「出張防災井戸端会議」を通して、震災の教訓を地域の防災・減災に生かす活動や、原発事故を風化させないための学習会を実施。震災体験を後世に語り継いでいくことで避難者自身の生きがいを創出するとともに、地域でも大事な学びを受け取っています。

【東日本大震災避難者支援 にんじんカフェ】 習志野市

東京電力福島第一原子力発電所事故により浪江町から東京近郊に避難された方々を対象に、避難者同士の親睦を深め、食事交流会・料理教室・生け花教室・クラフト体験など、心の拠り所となる「居場所づくり」と「交流の機会」を提供し続けています。千葉県内の支援者・団体等と連携した諸活動を通して、避難者の生活再建に寄与することを目的としています。団体名の「にんじん」は、活動拠点の習志野市の名産品「人参」をイメージしています。

TEL：047-420-2605（月～金 9:00～17:00） 組合員活動・コミュニティ政策推進部

【学習会】エコ・チャレンジってどのように変わるの？

生産現場が抱える課題と持続可能な農業を考える

パルシステム独自の米・青果の栽培基準のひとつ「エコ・チャレンジ」。10月1回企画より新基準でお届けが始まります。今回の学習会では、その改定内容と新基準策定の背景についても皆さまにお伝えします。本テーマに関する学習会へのご参加が初めての方にも、わかりやすく解説する内容となっております。会場参加またはオンライン視聴から選べます。

当日参加できない方向けにアーカイブ配信もあります。
 アーカイブ配信につきましても右の二次元コード内、フォームからお申し込みください。

TEL：048-797-6108（月～金 10:00～17:00） パルシステム連合会 交流推進課



産直

「会場参加」「オンライン参加」参加方法が選べます

日 時：8/24(月) 10:00～11:30 参加無料
 会 場：パルシステム千葉本部
 （船橋市本町 2-1-1 4F）
 定 員：会場 20名 オンラインは定員なし
 〆 切：会場参加 8/17(月) 正午
 ※会場参加の応募者全員に8/19(水)までに当落結果をご連絡します。



自主的活動グループ★けいじ板！

※組合員以外の方もご参加いただけます！

参加者募集

ベルフラワー10周年記念講演「不登校の子どもたちから学んだこと」

市川市

主催：子どもを支える親の会 ベルフラワー

ベルフラワーの立ち上げ当初から支えてくださり、学校教員や教育相談部などの経験が豊富で、子どもの不登校に詳しい濱田郁子先生と、当会代表の服部ひろみ(ペアレントトレーニングリーダー)が不登校の子どもたちから学んだこと、子どもへの寄り添い方や学校との関わり方についてお話しします。皆さまぜひお気軽にいらしてください。お待ちしております。

◆日時：9/13(日) 13:45～16:30 ※受付 13:30～ ◆会場：市川市男女共同参画センター6 階研修室F（市川市市川 1-24-2）
 ◆定員：30名 ◆〆切：9/10(木) ◆抽選：あり（全員の方に連絡） ◆参加費：500円 ◆保育：なし
 ◆お申し込み：メール hutoukou.soudan@gmail.com（服部）



「自主的活動グループ★けいじ板！」のお申し込み・お問い合わせは、各グループへ直接お願いします。

所属センター ☐ 柏 ☐ 印西 ☐ 松戸 ☐ 習志野 ☐ 千葉 ☐ 東金 ☐ 野田 ☐ 稲毛 (キューブ館山含む)				組員番号 ※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)			<table border="1"> <tr> <td>受付</td> <td>リーダー/担当者</td> <td>電算</td> <td>責任者</td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </table>		受付	リーダー/担当者	電算	責任者				
受付	リーダー/担当者	電算	責任者										
商品名 青果は産地名も	商品分類 青果 / 冷蔵 / 冷凍 / 常温 / 雑貨 / その他 ()												
注文番号	単価 (税込)	数量	数量										

キリトリ ✂



**クイズに答えて
プレゼントに応募!**
☐ に当てはまる漢字を
直接書き入れてください➡

詩 合 落

今回のプレゼント (表紙もご覧ください)
『こんせんくんの石けん 85g×3個組』 30名様

投稿募集中! 紙面に掲載された方には 300ポイントプレゼント!

- ☐ みんなのおしゃべりCafe テーマ「**小さい秋見つけた**」
 猛暑が当たり前になった昨今ですが、たとえ短くても秋をめぐる心は
 持ち続けたいもの。あなたが秋を感じるのとはどんなとき?
- ☐ ワタシのお気に入り! テーマ「**外出のお供**」
 外出中に小腹が空いたり、口がさびしくなったりしそうなとき、持っていくと
 安心・便利なパルシステム商品を教えてください。

前回の答え

朝
部 **活** 躍
動

パルシステム千葉のホーム
ページ活用術についてご紹介
した前号。答えは「活」で
した!

組員番号

お名前

☐ 機関紙掲載可 ☐ 不可
 (ペンネームなら可)

切
8/23 (日) まで



こちらからも
応募できます

※寄せられたご投稿はパルシステム千葉が発行する情報
紙やSNSに掲載させていただく可能性があります。
 ※いただいた個人情報は、パルシステム千葉の広報活動
以外の目的には使用しません。
 ※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。



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

