



会場に来てね♡ パルシステムのつどい

① 福祉・たすけあい助成金企画

「点字の仕組みや表記のルールを知り点字を書いてみよう！」

街中の手すりやエレベーターのボタン、シャンプーのボトルなどで見かける「点字」。視覚に障がいがある方にとって、点字は大切な「文字」であり、情報の扉です。興味はあるけど難しそう…と思っている方も大丈夫。基本の仕組みから、実際に点字を書く体験まで楽しくていねいに学びませんか？

また【ユニバーサル絵本ライブラリーUniLeaf】での活動内容についても聞いてみましょう♪
あなたの新しい一歩が、誰かの「読む喜び」につながります。

開催日時：7月7日(火) 13:30~15:00(13:15から受付開始)
開催場所：パルひろば☆おおたかの森(流山市おおたかの森東1-3-1)
参加人数：15名

保育：あり(定員4名・要予約・4ヶ月~)

応募の際に必ず入力ください(チーパス提示で500円⇒200円)

講師：ユニバーサル絵本ライブラリーUniLeaf 大下利栄子さん

〆切：6月19日(金) ※詳細は当選された方に別途ご連絡します。

※応募の方全員に6月26日(金)までに当落の結果をお知らせします。



7月つどい①



② だれでもゆる〜くリズム体操♪

「運動したいけどハードルは低く」という方にぴったりのリズム体操です♪
経験や体力は一切不要！簡単なウォーミングアップを含め、リズムに合わせて
みんなでいっしょに楽しく体を動かして心も体もリフレッシュ！覚えた動きは
ご自宅でも手軽に続けられますよ！どなたでもお気軽にご参加ください。

開催日時：7月23日(木) 10:30~12:00(10:15から受付開始)
※運動講座は60分程度です

開催場所：パルひろば☆おおたかの森(流山市おおたかの森東1-3-1)

参加人数：20名

保育：あり(定員4名・要予約・4ヶ月~)

応募の際に必ず入力ください(チーパス提示で500円⇒200円)

講師：フィットネスインストラクター 佐々木さん

〆切：6月19日(金) ※詳細は当選された方に別途ご連絡します。

※応募の方全員に6月26日(金)までに当落の結果をお知らせします。



7月つどい②

<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。

柏センター 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6月8日(月)

発行元：パルシステム千葉 柏センター(柏市若柴330)

行事のお問い合わせ、お申込みは『パルひろば☆おおたかの森』でお受けします。

TEL: 0120-868-664(月~金 9時~17時) メール: kashiwa-kumikatsu@pal.or.jp(24時間)

OPEN パルカフェ in おおたかの森

パルシステム商品の試食やクラフトが楽しめる

『パルカフェ in おおたかの森』のお知らせです。

今回の試食は「パルシステムのパン」！楽しみながら、

おしゃべりしませんか？「産直バジルのジェノベーゼ

ソース」のプチアレンジレシピもご紹介。季節のプチ

クラフトもあります♪お一人でも、お友だちとでも、

ご家族とでも！ご来場お待ちしております！

* 試食品やクラフトはなくなり次第終了となります。

次回の開催は8月26日(水)の予定です

事前申し込み不要！
お気軽にお越しください



開催日時：6月23日(火)11:00~15:00
(最終入場14:30)

開催場所：パルひろば☆おおたかの森
(流山市おおたかの森東1-3-1)

参加費：無料 事前申し込み不要 保育：なし

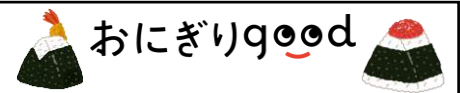
キッズスペースをご用意しています。

お子さんも一緒にお楽しみください。

【6月号のアンケート】

「わたしの推しおにぎりの具」を簡単なコメントと一緒に教えてください。

* 回答が掲載された方は50ポイントプレゼントします。* イニシャルにて掲載させていただきます。



◆◆8月のつどいの予定◆◆

・8月5日(水)【親子企画】ランチにぴったり♪親子で作ろう！つるつるモチモチ手打ちうどん(オンライン)

・8月29日(土) 大人の夏休み♪極上アイスコーヒーの淹れ方講座 (パルひろば☆おおたかの森)

※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ふれんど7月号をご覧ください。

★各企画の枠内の2次元コード、またはメールでお申し込みください。
★お申込み多数の場合は抽選。ご当選の方には「参加のご案内」等を郵送でお送りします。
★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。
★組合員の方以外でもお申込み可能です。その場合はお名前、お電話番号、メールアドレス、ご住所を正確に申し込みフォーマットに入力、もしくは担当スタッフまでお伝えください。



柏センター 活動スタッフ行

〆切:6月19日(金)

組合員番号 _____

お名前 _____

※クイズ・アンケートの答え、つどいに対するご意見&ご要望等をお寄せください。メモ用紙などに記入の上この宛先ラベルを切り取って貼り、配送担当にお渡しください。

【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<今月のイッぴん!>「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▲
*参加者には後日、お菓子と飲み物をお送りします。

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。

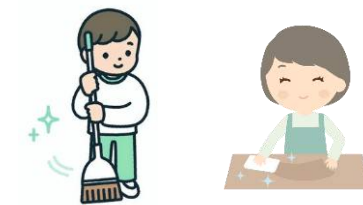


お問い合わせ 組合員活動・コミュニティ政策推進部 TEL:047-420-2605(月~金 9:00~17:00)メール:palchiba-katsudo@pal.or.jp

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