

えりあ どり〜む 6月号



ちょっと明日へ
超えてく

パルシステムのついで
会場開催

海苔をもっと身近に！失敗しない太巻作り

「海苔」は、既に縄文時代から食用にされていたと考えられています。わたしたち日本人の食文化には欠かせない食材です。その魅力を再発見しませんか？栄養や産地のこと、おいしい食べ方から、意外と知らない「海苔」の秘密などを楽しく学びましょう。生産者のみなさんが守り育んだ、豊かな海の恵み・海苔の奥深い世界を知って、日々の食卓をより豊かに彩りましょう♪

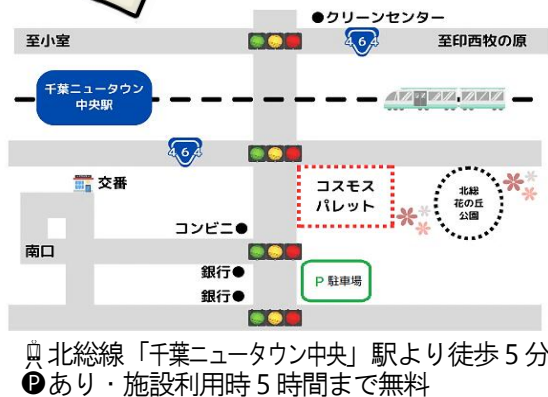


プログラム

- ❖ 海苔について学習会
- ❖ 調理実習

～メニュー～

とり天巻き & サラダ巻き
バラ海苔の梅スープ
ほうれん草の海苔和え



- 日時：7月17日(金) 10:00~13:00 (予定)
- 会場：コスモスパレット I 2F 調理室 (印西市 中央駅前地域交流館) 千葉県印西市中央南1丁目4番地3
- 講師：みえぎょれん販売株式会社 勝部 隆
- 募集：20名 ■参加費：無料 ■保育：あり
- 申込締切：6月19日(金) 24:00まで
- ※6/26(金)までに全ての方に当落の結果をお知らせします。



パルシステムのついで
オンライン



ワクワクがいっぱい！ 夏休み科学実験教室

科学の世界を楽しく体験！サイダー作りとペーパークロマトグラフィーの実験にチャレンジします。夏休みの宿題にも♪ Zoomを使ってご自宅からご参加ください。

実験キットは事前
にお届けします。



実験内容

- クロマトグラフィー 色を分ける実験
- サイダー作り 化学反応を見てみよう



- 日時：7月28日(火) 13:30~15:00 (予定)
- 講師：パルシステム連合会ぱるあんしん館職員
- 募集：小学生とその保護者 20組
- 参加費：無料
- 申込締切：6月19日(金) 24:00まで
- ※6/26(金)までに全ての方に当落の結果をお知らせします。



※お子さんは一緒に参加できません。保育の申込をお願い致します。(保育料：1人500円、チーパス提示で200円)
※参加者・職員のマスク着用は個人の判断となります。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。尚アレルギーには対応いたしかねます。予めご了承ください。

えりあ どり〜むは、パルシステム千葉の組合員活動・事業・情報等をお知らせする情報紙です。

- ◆ お申し込み方法 …各欄の2次元コードからウェブサイトへ。インターネットからお申し込み下さい。
- ◆ お問い合わせ …パルシステム千葉・印西センター 担当：地域活動運営スタッフ
E-MAIL: inzai-kumikatsu@pal.or.jp TEL: 0120-863-618 【行事専用ダイヤル】(月~金 9~15時)

★全企画、お申込み多数の場合には、抽選となります★全ての方に当落の結果をお知らせいたします

特に記載のない場合には、ご友人など組合員以外の方もお申込みいただけます。ただし、お申し込みが多数あり、抽選となった場合には組合員が優先となります。予めご了承ください。※ご連絡は上記メールアドレスより配信させていただきます。上記メールが受信できるよう設定をお願い致します。※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、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。

eco 暮らしの中でチョコッとエコ

5/22(金)、弁護士の椋 大樹(はんどうたいき)先生をお招きして、「檻の中のライオン」を通して憲法について学びました。たくさんの組合員が参加し、盛会のうちに終了しました。憲法は、「国民主権」、「平和主義」、「基本的人権の尊重」の三原則を柱とした、国の最高法規です。経済、戦争、環境問題は、「命と暮らしの基盤」という根底でつながっています。憲法前文が謳っている、理想の未来についても考えるきっかけになりました。



アンケートにご協力いただいた方の中から抽選で5名様に50p進呈！記事の感想などをご記入していただくと、当選しやすくなるかも?!

【アンケート】

エコ(環境)&ピース(平和)は、「暮らしを守る=平和」と「自然を守る=環境」を合わせた理念としてセットで語られることが多くあります。

Q. 暮らしの中で取り組んでいる、または、取り入れたい、「エコ&ピース」アクションを教えてください。



アンケートはこちらからも回答できます

- 応募方法：配送便・FAX・メール・二次元コード
- 件名：『えりあどり〜む6月号アンケート』
- 宛先：パルシステム千葉印西センター地域活動スタッフ
- 締切：2026年6月25日(木)まで
- ☞氏名・組合員番号もご記入ください☜
- ❖ 誌面の感想などもお待ちしております❖
- FAX: 0476-42-0914 :inzai-kumikatsu@pal.or.jp

組合員番号 お名前

えりあどり〜む応募用宛先ラベル：アンケートまたは感想をお手持ちの封筒などに入れ、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。また、ご意見、情報等をお寄せいただくと嬉しです ➡ 印西センター活動スタッフ

※5月号アンケート【海苔】結果*
21名の方からご回答いただきました。ありがとうございました！
海苔を食べる頻度>>1位毎週42% 2位毎月26% 3位毎日26%
海苔の魅力>>1位美味しさ37% 2位栄養32% 3位環境5%

- ・海藻類は意識して摂るようになってきました。(鎌ヶ谷市K様)
- ・のりを巻くだけでおにぎりが一気に華やか！(鎌ヶ谷市M様)
- ・海苔が段々高価になり買いにくくなりました。(八千代市K様)

パルシステムのついで♡予告♡ お☎で、超えてく

夏の発酵食品作り~甘酒&ミキ



- 日時：8月25日(火) 10:00~11:30
- 講師：PLA 菊池美穂子さん
- ※企画の詳細は7月号に掲載

【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ケ」、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。

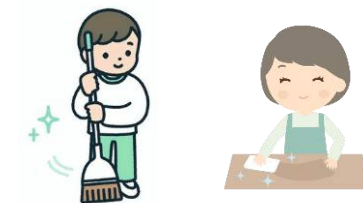


お問い合わせ 組合員活動・コミュニティ政策推進部 TEL:047-420-2605(月~金 9:00~17:00)メール:palchiba-katsudo@pal.or.jp

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