



ぴーちくぱーちく

2026年度 7月号

習志野センター地域情報紙 発行日：2026年7月6日（月）

発行元：パルシステム千葉 習志野センター

〒275-0001 千葉県習志野市東習志野 6-15-8

TEL：0120-862-618（月～金 9：00～14：30）

MAIL：narashino-kumikatsu@pal.or.jp

★お申込み・お問合せは、各記事の二次元コードか上記連絡先をご利用ください。

★お申込み多数の場合は、抽選となります。

＊事前提供商品は、発送後に組合員都合により欠席の場合、該当商品同等額を請求する場合があります。

＊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。

☆お友だちと一緒にのご参加も OK！お申込みお待ちしております☆



オンライン de
パルシステムのつどい

あれれ!? 溶けないぞ ぷるしゃいっ♪魔法のアイス

暑い夏に食べたくなる、ヒンヤリ冷たいおいしいアイス♡溶けるのを気にしながら食べることもありませんか。そんな心配はご無用！シャリッとアイス・ぷるんとゼリー食感の「溶けにくい魔法のアイス」をご紹介します♪小さなお子さまから大人の方までおいしく食べられますよ♪魔法の秘密をひも解いていくと、夏休みの自由研究にもなるかも！？

プログラム
(予定)

- パルシステムの牛乳のこと
- ミルクバー・いちごミルク、他



日時：8月3日(月) 13：00～14：00 (予定)

参加方法：オンライン Zoom

募集：20名

参加費：無料

〆切：7月17日(金)



＊ご応募いただいた方全員に7/23(木)までに当落の結果をお知らせします。
＊悪天候や自然災害などの諸事情により、変更や中止になる場合があります。

参加の際の
お願い

- ◇ 体調が優れない場合は参加をご遠慮ください。
- ◇ 調理企画以外では、マスクの着用は個人の判断となります。
- ◇ 引き続き、感染防止対策へのご理解・ご協力をお願いいたします。

パルシステムのつどい
会場開催

ギューッと結ぶ「おいしい」の時間



みなさん「おにぎり」は好きですか？今回は、パルシステムの商品を使って、親子でおにぎり作りに挑戦します！主役になってにぎるのはお子さん♪お父さんお母さんは、ぜひわくわくしながら見守ってくださいね。自分でにぎって食べる喜びと、お子さんににぎってもらったおにぎりを食べる幸せを、みなさんで一緒に味わいましょう♪

プログラム
(予定)

- ◇ 「お米ができるまで」のお話
- ◇ 「おにぎり」をにぎってみよう！



日時：8月6日(木) 10：30～12：30 (予定)

会場：プラッツ習志野南館 1階調理室 ＊有料駐車場あり
(習志野市本大久保 3-8-19「京成大久保駅」徒歩5分)

募集：親子8組(小学生以上対象)

参加費：無料

保育：あり(4か月以上のお子さん一人500円、
チーパス提示で200円)

〆切：7月17日(金)

＊ご応募いただいた方全員に7/23(木)までに当落の結果をお知らせします。
＊悪天候や自然災害などの諸事情により、変更や中止になる場合があります。

おにぎり
good



予告【習志野センター9月つどい】(予定)

9/11(金) オンライン 13:00-14:00

クラフト(手作り)ジンジャーエール

9/17(木) ライフケア津田沼 10:00-12:00

女性と男性の「更年期」とは…付き合い方など
※日にち・会場・内容について変更になる場合があります。
詳細はぴーちくぱーちく8月号でご案内いたします。

石けんで環境のことを学ぼう！

こねて、丸めて、コネコネマイせっけん♪

◆日時：8/3(月) 10:30～12:00

◆会場：ライフケアメモリアルプレイス稲毛 (※Pあり)

◆講師：エスケー石鹸(株)

◆保育：500円/1人(チーパス提示200円)

◆定員：小学生親子8組

◆応募〆切：7月20日(月・祝)

7月24日(金)迄に当落結果をお知らせ

お問い合わせ：0120-863-218(月～金 9:00～14:30)
メール：inage-kumikatsu@pal.or.jp / 稲毛センター



親子で学ぶ千葉県の『のり』 郷土料理「鉄砲巻き」を食べよう！

私たちの食卓やお弁当に欠かせない『のり』。おにぎりや寿司といった日本の大切な食文化を次世代に繋いでいくために、今わたしたちにできることを一緒に考えてみませんか？『のり』から学ぶ環境の変化、「海を守る」水産業の取り組みをご紹介します！千葉県漁連の『のり』で、富津の郷土料理「鉄砲巻き」を作ります。選んで「食べる」ことが、環境を守る一歩になります！



お申込みは
こちら

☆会場参加は調理・試食付き
☆オンライン参加は「千葉県漁連のプレミアム焼きのり」を送付

- ◆日時:8/1(土)11:00~13:00
- ◆参加方法:会場参加、オンライン視聴が選べます！
- ◆会場:パルひろば☆ちば
- ◆定員:会場参加 28 名程度、オンライン参加制限なし
※講義の内容は小学生以上推奨。
- ◆参加費:無料 ◆講師:千葉県漁業協同組合連合会
- ◆保育あり:定員 5 名(保育料:チーパス提示で 200 円)
- ◆〆切:7/20(月)正午
全員に 7/24(金)までにご連絡します。

お問い合わせ 産直・商品政策推進課
TEL 047-420-2604 (9:00~17:00)
メール:palchiba-kikaku@pal.or.jp

商品伝えるサポーターがオススメする<今月のイッピン!>

「高橋徳治商店おとうふ揚げ」

以前、石巻に住んでいたことがあり、東日本大震災後はボランティア活動に参加しています。そこで知り合った方から「高橋徳治商店の震災後の片付けに参加した」と話を聞き、「高橋徳治商店」の商品を購入するようになりました。食べやすく優しい味が大好きでわが家では煮物の具材として入れることが多いです。電子レンジで温めるだけでもふんわりしておいしいのでおすすめです。

(商品伝えるサポーター:C. O さん)



高橋徳治商店おとうふ揚げ 7個 231g
8月1回 コトコト・きなり 418円(税込451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」がおすすめの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

ボランティア募集！ サービス付高齢者向け住宅「にじいろぱる松戸六実」施設美化など

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:7/27(月)~7/31(金) ※1日からOK！
- ◆活動時間:10:00~11:30
- ◆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。
- ◆〆切:7/18(土) 13:00 まで(※応募者全員に 7/21 (火)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 コミュニティ政策推進課

<アーカイブ配信のお知らせ> 5/22(金)開催

『檻の中のライオン~憲法について学ぼう~』(主催:印西センター)

憲法についての注目が高まっている今だからこそ、主権者である私たち一人ひとりが憲法を学び、自分や子孫の問題として真剣に考えてみませんか？
『檻の中のライオン』著者で弁護士の椋 大樹(はんだう たいき)先生を講師に迎えた学習会のアーカイブ配信です。

お申込みいただいた方には視聴用 URL を記載したリターンメールをお送りします
申込〆切:8/31(月) ▼



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

お米 スイッチ

8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。

	〈センター名〉 タイトル	開催日時 〆切日		〈センター名〉 タイトル	開催日時 〆切日
食・調理	《習志野》 あれれ!?溶けないぞ ぶるしゃりっ♪魔法のアイス	8/3(月)13:00~14:00 〆切・7/17(金)	子育 て	《千葉》 【親子企画】包丁を使わない 簡単ドライカレー作り	8/5(水)10:30~12:00 〆切・7/17(金)
	《東金》 お酢を上手に使いこなそう さっぱりレシピで夏を乗り切る！	8/4(火)10:30~12:00 〆切・7/19(日)		《柏》【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	8/7(金)10:30~12:30 〆切・7/17(金)
	《印西》 お米で超えてく 夏のカラダを発酵で整える ~甘酒&ミキ~	8/25(火)10:00~12:00 〆切・7/17(金)		《野田》 夏休み親子企画 科学実験教室	8/5(水)13:30~15:00 〆切・7/19(日)
	《松戸》 焼そばと餃子の皮のとおきをお 見てみよう！オンライン工場見学	8/28(金)13:30~15:00 〆切・7/26(日)			
				※イベント詳細はパルシステム千葉 ホームページをご覧ください。	

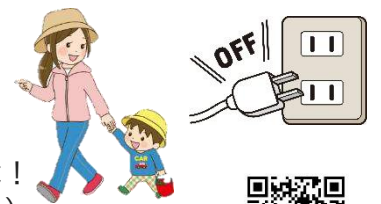
<環境コラム> うちエコ診断してみませんか

わが家の光熱費と平均的な世帯との比較ができる「うちエコ診断」を試したところ、わが家は車の利用頻度が高く、車の利用を控えることが改善ポイントのメインでした。それ以来、バスや自転車を使うようになりました。

ほかにも、エアコンやトイレの便座保温を使わない季節はコンセントを抜く、家族がお風呂に入る時間を空けずに湯船の追い炊きを減らす、家電の買い換えはエコ基準の高いものを選ぶ、家の中で過ごす時間を減らして子どもと近所を散歩しています。延長コードもスイッチ付きのものに買い替えました。日々のくらしでエコを心がけるきっかけになった「うちエコ診断」おすすめですよ！

(環境サポーター M. S さん)

TEL: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



オンライン
うちエコ診断は
こちらから▶



<子育てオンライン座談会>

～ながーい夏休みをどう過ごしますか？～

おすすめのお出かけスポット(穴場)をオンラインでおしゃべりしましょう！オンラインだからこそ、さまざまな地域から参加者がいるはず。あまり知られていない地元の穴場スポットから家族でお出かけ定番スポットまでみんなでワイワイ過ごしましょう。



*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

- ◆日時:7/24(金)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

- ◆〆切:7/21(火)

(※応募いただいた方全員に
7/22(水)までにご連絡します。)

お申込みは
こちら▶

