東金センター地域情報紙 ひまわり

11月号 2026



発行日：2026年11月9日

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
第1回「ジャパンSDGsアワード」受賞

東金センター メールはこちら

＊この記事に記載のイベントについて＊
★参加費無料★お申し込み状況により追加募集あり。
★お申込み多数の場合は、抽選になる可能性があります。予めご了承ください。
★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・催し等の適切な運営のために限定して利用します。



お問合せ・・・ TEL:0120-867-518(月～金 9:30～14:30) FAX:0475-53-6102
MAIL togane-kumikatsu@pal.or.jp ＜東金センター活動スタッフ＞

☆パルシステムのつどいは、組合員以外の参加もOK! お申込みお待ちしております。

実開催 de パルシステムのつどい

感謝のつどい ～東金センター～



日ごろのご利用に感謝を込めて、『感謝のつどい』を開催します！パルシステム商品を試食しながら、パルシステムのこと、商品のことなどなど、参加者同士でおしゃべりしませんか？「パルシステムのつどい」ファンの方はもちろん、初めての方や加入したばかりの方も大歓迎！ちょっぴり豪華な試食品とプレゼントをご用意してお待ちしています♪

◆日　　時：12月10日（木）10:30～12:00
◆場　　所：茂原市総合市民センター(茂原市町保13-20)
◆参 加 費：無 料　◆駐車場：あり　◆応募〆切：11月20日(金)
◆募　　集：20人程度
※こちらの企画は組合員ご本人以外は参加できません。
◆保　　育：あ り（チーパス掲示で500円→200円）お子様はご一緒に参加できません。
※応募いただいた方全員に11月27日(金)までに当落の結果をお知らせします。
※「感謝のつどい」は10～12月にかけて他センターでも開催します。お申込みの際に、なるべく第2希望まで回答ください。定員を超えた場合に他会場をご案内することがあります。

申込み用二次元コード

オンライン de パルシステムのつどい

冬の食卓に彩りを♪ 産直バジルのジェノベーゼソース

合わせる食材次第でいろいろな使い方が楽しめるジェノベーゼソース。今回はメーカーさん直伝のパスタだけではない定番や意外な活用レシピをご紹介します！彩りもきれいなジェノベーゼソースでクリスマスを華やかにしてみませんか？



◆日　　時：12月16日（水）13:00～14:30
◆場　　所：ZOOMによるオンライン開催
◆募　　集：20人程度　◆参 加 費：無 料
◆講　　師：エム・シーシー食品株式会社
◆応募〆切：11月29日(日)　※電話申込みは11/30(月)12:00まで
※応募いただいた方全員に12月3日(木)までに当落の結果をお知らせします。
☆組合員の方以外の参加もOK! お申込みお待ちしております。

zoom

申込み用二次元コード

初めてでも安心！「パルシステムのつどい」が分かる動画はこちら ▶

東金センター活動報告 パルのイチオシ!!クリスマス＆年末商品大試食会♪

10月9日(金)東金センターにてクリスマス＆年末商品の試食会を行いました。その時の様子をご報告します。

～Menu～

- スモークサーモンといくらのカップ寿司
- ジェノベーゼソースのサラダ
- 北海道産直牛リブロースステーキ
- までっこ鶏のフライドチキン
- 産直小麦のもちっと香ばしピッツァ
- 産直りんごのアップルパイ
- つきじ入船伊達巻
- 丹波大黒豆　・蒸しかまぼこ干支

試食結果ランキング☆BEST3

1. ジェノベーゼソースのサラダ
2. スモークサーモンといくらのカップ寿司
3. 産直りんごのアップルパイ



カタログだけでは分からない商品の味や調理のバリエーションを実際に試食して確認でき、ぜひ購入したいと感じました。

普段はなかなか食べられないものや新商品を少しずつ色々と試すことができて、大満足でした！



予告 ～東金センターパルシステムのつどい1月の予定～

★1/15(金)会場：八日市場公民館(10:30～12:00) パルの商品で簡単カルシウム補給！
★1/26(火)会場：長生村交流センター(10:30～12:00) ～癒しのハンドマッサージ～
※日程・内容などが変更となる場合があります。詳細は次号にてご案内します。

※マスクの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、手指消毒および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：パルシステム千葉 東金センター

＜フードドライブ、買って応援！まごころセットのご案内＞

【フードドライブ】
◆実施期間：11 月 2 日(月)～11 月 20 日(金)
ご家庭で使いきれない食品を回収し、フードバンクへ寄贈して、それらを必要としている支援先に届ける「フードドライブ」を実施します。

【買って応援！まごころセット】
◆注文期間：11 月 2 日(月)～11 月 20 日(金)
「買って応援！まごころセット」をご注文いただくと、商品をフードバンクへお届けします。

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

【買って応援！まごころセット】は 2 つのセットをご用意しております。
「常温品セット」：
1 セット 473 円(税込み)。ポイントでも購入可能です。
「おやつセット」：
1 セット 438 円(税込み)。ポイントでも購入可能です。

～皆さまからのあたたかいご協力を
お待ちしております～

詳細はこちら▲

商品伝えるサポーターがオススメする＜今月のイッぴん!＞ **「ざくろ酢＆クランベリー」**



ざくろ酢にクランベリーの爽やかな甘みが相性バツグン！酸味が強くないので飲みやすく、お風呂上りなど喉が乾いた時に甘酸っぱさがちょうどよく、ゴクゴク飲めます。
サイズも125mlと飲み切りサイズなのもうれしいポイント。朝の通勤の時に車で飲んでから出勤しています。仕事スイッチを入れてくれる存在です。　（商品伝えるサポーター：Y. N さん）



ざくろ酢＆クランベリー125ml×12
12 月1回コトコト・きなり　748 円(税込808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ています。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　palchiba-katsudo@pal.or.jp　　組合員活動推進課

＜あそびの広場＞

ほっとひと息、のんびり親子時間。

「保育の会　にこにこ」のスタッフと一緒に、絵本の読み聞かせや手あそび、季節のあそびなどを屋内で親子で楽しむイベントです。お子さんがじっとしていられなくても大丈夫！自由に過ごしましょう。
子育てのリフレッシュや親同士でお話ししたりしませんか？組合員以外の方も参加 OK！
お友だちを誘ってお気軽にどうぞ♪



◆日　時：11/27(金)10:30～11:30
◆定　員：8組(応募多数の際は抽選)
◆参加費：無料◆会　場：パルひろば☆ちば
千葉市中央区新町 18-10　第一生命ビル 1F
(JR・京成「千葉」駅より徒歩5分/駐車場なし)
★申込〆切：11/21(月) ★

(※応募いただいた方全員に
11/23（月）までにご連絡します。)

お申込みはこちら▲

お問い合わせ：0120－31－8686(月～金 9:00～17:00)　メール：palhiroba-chiba@pal.or.jp　パルひろば☆ちば

＜子育てオンライン座談会＞

あっという間にクリスマス★「我が家のクリスマスといえばこれっ！」をお聞かせください。
パルシステム商品のおすすめやレシピなど聞けちゃいます。
11：30～はフリートークタイム。日頃の悩み、不安、楽しかったことなど皆さんでお話ししましょう～♪



◆日時：11/23(月・祝)
◆時間：10：30～12：00
（11：30～はフリートークタイム）
◆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：11/18(水)
(※応募いただいた方全員に
11/19(木)までにご連絡します。)

＊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

お米スイッチ

12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

お魚食べよう

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		センター	〆
食・調理	サーモンの彩りライスサラダ＆Xmas プチスイーツ	パーティーにもおすすめのお洒落なライスサラダとプチサイズのかわいいケーキをご紹介します。	12/15（火）	11:00～12:00	習志野	11/20（金）
	冷凍バナナが HM で簡単ケーキに変身♪	熟したバナナを冷凍してからホットケーキミックスやヨーグルトなどと焼く簡単なケーキを作りましょう。	12/16（水）	10:30～12:00	松戸	11/29（日）
	冬の食卓に彩りを♪ 産直バジルのジェノベーゼソース	産直バジルのジェノベーゼソースの秘密を学ぶ学習会とアレンジレシピのデモンストレーションもあります。	12/16（水）	13:00～14:30	東金	11/29（日）
くらし	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、分かりやすくお伝えします。自分に合った働き方を考える際にきっと役立つ講座です。	12/7（月）	13:30～15:30	柏	11/20（金）
	新年を気持ちよく迎える！石けん・重曹・クエン酸を使った年末大掃除	人にも環境にもやさしい石けん・重曹・クエン酸。実験や実践を交えながら、合成洗剤との違いや、年末大掃除に家族で活用できる掃除方法をご紹介します。	12/17（木）	10:00～12:00	印西	11/20（金）

【LPA 講座】　※6 月に好評だった講座を同じ内容で開催します

知って安心！50代からの老後資金と年金の話

人生100年時代と言われる今、「老後の生活費はいくら必要？」「年金だけで足りる？」と不安を感じていませんか。50代の今だからこそ知っておきたい公的年金の仕組みや老後資金の考え方について、LPA（ライフプラン・アドバイザー）がケーススタディを交えてお伝えします。家計の見直しにもお役立てください。

◆日時：12/4(金)　10:00～12:00
◆参加方法：オンライン　Zoom　◆参加費：無料
◆定員：35 名程度(応募多数の際は抽選)
◆〆切：11/24(火)
※応募者全員に 11/25(水)までに当落結果をお知らせします。

お申込みはこちら▸

お問い合わせ：TEL:0120－31－8686(月～金 9:00～17:00)
メール：palhiroba-chiba@pal.or.jp

＜9/19(土)開催　アーカイブ配信のお知らせ＞

【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）が分かりやすくお伝えしています。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おいてほしいお話です。
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：11/30(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

＜環境コラム＞環境サポーターの食品ロス削減アイデア、ご紹介します！

環境省によると、令和 6 年度の食品ロスの発生量は約 461 万トン。そのうち家庭で発生する量は 224 万トンもあると言われています。
環境サポーターの食品ロス削減アイデアをご紹介します！

＊料理で野菜が余ったらピクルスに。
＊肉や野菜が余った時は刻んでスープやチャーハンに。
＊余った人参はグラッセにして、メインの添え物に。
＊ストック品は定期的に見直して、フードバンクへ寄贈。

11/2(月)～11/20(金)　フードドライブ実施中

ご家庭で使いきれない食品を回収し、食品を必要としている支援先にお届けする「フードライブ」を実施しています。

詳しくはこちらから▸

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