キューブすてーしょん

2026年11月号

キューブ館山エリアの企画や地域情報が満載の情報紙です



このページのお問い合わせ・お申込みは…

発行：生活協同組合パルシステム千葉 キューブ館山
住所：千葉県館山市湊47-1
TEL ：0120-868-518（月～金曜 9:00～15:00）
メール：tateyama-kumikatu@pal.or.jp

会場に来てね パルシステムのつどい

サンタさんに会えるかな？

12月① キューブの親子でクリスマス会

今年も親子で思いっきり楽しもう！　歌に、おはなしに、工作に…。
サンタさんもやって来る？
恒例のキューブの親子でクリスマス会にアナタも参加しませんか？



お申し込みは
こちらから

日 時 12月9日（水）10:30～12:00
会 場 キューブ館山　あそびの広場
定 員 22 組　**保 育** なし

申込み締切：11 月 22 日（日）まで
ご応募いただいた方には 11 月 25 日（水）までに当落のご連絡を致します。

会場に来てね パルシステムのつどい

だいこん１本使い切り！

12月② 作ってみよう！「糖しぼり大根」



「糖しぼり大根」を作って、大根を余すとこなく利用しよう！
材料の分量さえ守れば、漬物初心者さんでも簡単においしい漬物ができます。糖しぼり大根を使ったメニューも紹介します。

日 時 12月15日（火）10:30～12:30
会 場 キューブ館山　キッチンスペース
定 員 16 人　**保 育** なし

申込み締切：11 月 29 日（日）まで
ご応募いただいた方には 12 月2日（水）までに当落のご連絡を致します。

だいこん

お申し込みは
こちらから

スマホでパル！

スキマ時間やおでかけ中など、好きなタイミングでスマートフォンからアクセスしよう！

パルシステムアプリ

・カタログにはないお得な商品や限定商品をご紹介。
・デジタルカタログならスマホで手軽に注文商品を確認できます。
・プッシュ通知で注文忘れを防止。
・配達状況をリアルタイムで更新。お届け時間の目安がわかるので便利。

App Store
Google play

まめパル

注文した食材を、お届け日に自動でリストに追加. 残っている食材もいつでもどこでも確認できます。

App Store
Google play

パルモ！

パルシステムを利用する組合員同士で、お役立ち情報や商品の感想をだけでなく、日常生活の色々な話題でつながり、「教え合い」をするコミュニティサイトです。

だいどこロク

生協パルシステムのレシピサイト

パルシステムのレシピサイト。テーマやコンセプトに合わせた創作レシピに、お役立ちテクニックも掲載。インスタグラムもあります。

pal system 子育て123

離乳食レシピやQ&Aなど管理栄養士・専門家が監修！　毎日の子育てを応援します。

友達募集中



キューブ館山の公式 LINE 始めました

LINE

★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い合わせ・お申込みください。ご協力のほどよろしくお願い致します。
◎お申込み多数の場合は、抽選とさせていただきます。
お申込み・お問い合わせ キューブ館山 TEL:0120-868-518
メール：tateyama-kumikatu@pal.or.jp

【LPA 講座】
知って安心！50代からの老後資金と年金の話
※6 月に好評だった講座を同じ内容で開催します

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分かりやすくお伝えします。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
(パソコン、タブレット、スマートフォンでご参加ください)
◆参加費:無料　　お申込みはこちら▶
◆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)

＜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

＜子育てオンライン座談会＞



◆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。)



お申込みはこちら▲

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~♪

＊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

＜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 万トンで、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。食品ロスを減らすための環境サポーターの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粗く刻んでスープやチャーハンに。
＊人参が使いきれなかった時はグラッセを作り置き。
添え物がすぐに出せるので一石二鳥！
＊ストック品は定期的に見直して、フードバンクへ寄贈し、有効に活用してもらう。



フードドライブ実施中
【11/2(月)~11/20(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、食品を必要としている支援先にお届けする「フードドライブ」を実施しています。
ぜひご協力ください！
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