

2019年3月11日発行 センター企画情報紙  
発行:生活協同組合パルシステム千葉稲毛センター  
千葉市稲毛区長沼町 337-1

★行事のお申込は下記へご連絡下さい★

TEL : 0120-863-218 (月~金 9:00~15:00)

FAX : 043-216-7411 (24時間)

MAIL : inage-kumikatsu@pal.or.jp (24時間)

その他のお問合せ:0120-868-014

ご注文:(固定Tel)0120-086-379 (携帯)0570-086-379

情報誌「Humming(ハミング)」は  
稲毛センター配送エリアで開催される  
パルシステム千葉の企画をご案内する情報紙です

稲毛センター主催行事

★Humming★  
ハミング3月号



主催行事のお申込み・お問い合わせは左記連絡先の  
地域活動運営スタッフ迄お申込下さい。お申込の際は  
以下についてお知らせください。

① 行事名 ② 開催日 ③ 参加者・同行者の氏名

④ 組合員番号 ⑤ 電話番号 ⑥ FAX番号

⑦ 保育利用の場合

・お子様のお名前 ・年齢(月齢) ・いつもの呼び名

・託児経験の有無 ・アレルギー等注意点

※希望の連絡先、連絡方法があればお知らせ下さい。

※この紙面に掲載されている表示価格は税込みです。

パルシステムのつどい  
\*\*\*4月\*\*\*

① 自然の彩を楽しむ

押し花クラフト教室

自然で愛らしい姿をそのまま生かした「押し花」で  
アート体験してみませんか?押し花インストラクター  
の指導のもと素敵な押し花クラフトを作りましょう。  
それぞれ個性あふれる作品ができたなら夕食宅配の  
お弁当でランチタイムもお楽しみください♪

講座内容 \*押し花ボールペン  
\*押し花はがき

試食 \*夕食宅配弁当 \*お茶



日時: 4月16日(火) 10:30~12:30

会場: ライフケア メモリプレイス稲毛 (稲毛区稲毛東4-1-9)

※駐車場に限りがあるため、公共交通機関のご利用をお勧めします

講師: 押し花インストラクター・鹿野千鶴子さん

募集: 20名程度 参加費: 無料 保育: 有り

持物など: 筆記用具、箸、飲み物用カップ (その他 詳細は後日案内)

切: 3月29日(金) 15:00 ※申込多数の場合は抽選。

当選された方のみへ 4月5日(金)迄に連絡致します。

② 自分スタイル発見!

スクロールで\*ファッションチェック

おしゃれ上級者を目指したい方、必見!似合う色や形は  
色々お試してこそわかってくるもの。流行のカラー&骨  
格診断を取り入れて、納得のコーディネートとともに今ま  
で気づけなかった新しい自分を見つけてください♪

講座内容予定 \*試着で見つける・私のカラータイプ  
\*試着で見つける・私の骨格タイプ  
\*足サイズ測定で見つける・私のピッタリ靴

試食 \*こんせん純生クリームロールケーキ \*紅茶

日時: 4月18日(木) 10:00~12:30

会場: パルひろば☆ちば

(千葉市中央区新町18-10 第一生命ビルディング1F)

※駐車場なし(近隣パーキングか電車、バスをご利用ください)

講師: (株)スクロール

募集: 20名 参加費: 無料 保育: 有り

持物など: 筆記用具、フォーク、飲み物カップ(その他詳細は後日案内)

切: 3月29日(金) 15:00 ※ 申込多数の場合は抽選。

当選された方のみへ 4月5日(金)迄に連絡致します。

小学生未満のお子様をお連れの場合  
託児の利用をお願い致します

\*お子様1人につき保育料500円\*  
(最初にチーパスご提示で300円引)



←こちらの  
専用フォームから  
簡単申込みOK!

ご家族お友だちも  
お申込頂けます♪

③ 知ってスッキリ、試してバッチリ!  
プロに教わる\*肩こり解消テクニック

忙しい日々でついつい後回しにしてしまう自分の身体  
たまにはきちんと向き合ってケアしてあげましょう!  
専門家のお話とストレッチでスッキリ元気な自分  
になって、ヘルシーおやつで身体も心もリラックス♪

講座内容 \*肩こりとは \*姿勢チェック  
\*肩こり解消ストレッチ など

試食予定 \*こんせんプレーンヨーグルト  
\*ナッツ蜂蜜漬 \*飲む国産野菜・果実!ジュース

日時: 4月23日(火) 10:00~12:00

会場: パルシステム千葉 稲毛センター (稲毛区長沼町337-1)

※駐車場あり

講師: 北千葉整形外科 理学療法士・大出拓弥さん

募集: 20名程度 参加費: 無料 保育: 有り

持物など: 筆記用具、スプーン、上半身を動かしやすい服装 など  
(その他詳細は後日案内)

切: 3月29日(金) 15:00 ※ 申込多数の場合は抽選。

当選された方のみへ 4月5日(金)迄に連絡致します。

