

2019年6月10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

情報紙「Humming」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

# ★Humming★

ハミング6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 \* 7月 & 8月 \*

### ①押さない、揉まない、引っ張らない! 優しいタッチで お顔のリンパケア講座

美しく歳を重ねるためのサポートをしてくださるスペシャリストをお招きし、むくみや肩こり、小顔にも効果があるとされるリンパケアを体験します。やさしく触って巡りを良くする簡単セルフケア。リンパの流れを良くすることで健康や美容に嬉しい効果が期待できます。化粧品のサンプルお土産付きです!

試食予定 \*ミニチーズドッグ \*おからチップス  
\*ワイルドストロベリーティー

日時: 7月 11日 (木) 10:30~12:30  
会場: ライフケア メモリプレイス稲毛 ※駐車台数僅少  
(稲毛区稲毛東4-1-9 JR稲毛駅より徒歩3分)  
※なるべく公共交通機関をご利用ください

講師: さとう式リンパケアインストラクター 石山史恵さん  
募集: 20名程度 参加費: 無料 保育: 有り  
持物など: 筆記用具、顔全体が見える手鏡 (その他詳細は後日案内)  
切: 6月 28日 (金) 15:00 ※申込多数の場合は抽選。  
当選された方のみへ 7月 5日(金)迄に連絡致します。



### ②こねて踏んで、つるつるもちもち! 親子でつくろう\*手打ちうどん

「手打ちうどん」、と聞くと本格的で難しそう...と聞いていませんか?一度作ってみたらその手軽さと美味しさにびっくりすること請け合い!親子で作ったコシのある手打ちうどんを夏にピッタリな栄養満点メニューでいただきます♪

試食予定 \*栄養満点!具たくさんサラダうどん  
\*麦茶 \*クリーミーヨーグルト

日時: 7月 31日 (水) 10:30~13:00  
会場: パルひろば☆ちば ※駐車場無し  
(千葉市中央区新町18-10第一生命ビルディング1F)  
※公共交通機関か近隣有料駐車場をご利用ください  
講師: PLA(パルシステムライフアシスタント) 穴吹正子さん

募集: 小学生以上の親子 10組程度  
参加費: 無料 保育: 有り  
持物など: 筆記用具、エプロン、三角巾、布巾2枚、洗濯済みの靴下  
(その他詳細は後日案内)  
切: 6月 28日 (金) 15:00 ※申し込み多数の場合抽選。  
当選された方のみへ 7月5日(金)迄に連絡致します。



小学生未満のお子様は同伴できません  
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\*  
(最初に千ーパスご提示で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夏休みキッズの自由研究を応援! 教えてこんせんくん! 「海のごみ問題」ってなあに?

私たちの地球が抱える環境とエネルギーの問題について、親子で考えてみよう!学んで工作して、おやつタイムも楽しんで♪

学習内容 \*マイクロプラスチック問題について学ぼう!  
\*ペットボトルで風力発電工作!

試食予定 \*こんせんくんミルクバー  
\*キャロっとさん

日時: 8月 5日 (月) 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: パルシステム千葉職員 熊谷  
募集: 小学生以上の親子10組程度 ※小3以上向きの内容です  
参加費: 無料 保育: 有り  
持物など: 筆記用具、500mlペットボトル (その他詳細は後日案内)  
切: 7月 12日 (金) 15:00 ※申込多数の場合は抽選。  
当選された方のみへ 7月19日(金)迄に連絡致します。

