



センター企画情報紙2019年度

8月号

えりあ どり〜む



「えりあ どり〜む」は、印西センター・近隣センター主催の
パルシステムのつどいやその他の企画・情報をご案内する情報紙です。

発行：生活協同組合パルシステム千葉 印西センター(印西市牧の原2丁目6番・北総線印西牧の原駅北口徒歩17分)

～パルシステムを上手に使うって快適ライフ！～「食」「くらし」「環境」「地域」についてコミュニケーション！～

♪お申し込み方法…各欄の2次元コードから申し込みウェブサイトへ。
または下記 E-mail、フリーダイヤルへ。(お問い合わせ先も同左)
パルシステム千葉 印西センター・地域活動運営スタッフ
E-MAIL: inzai-kumikatsu@pal.or.jp
TEL:【行事申込専用フリーダイヤル】0120-863-618(月～金 9:00～15:00)
FAX:0476-42-0914(24時間) ※時間外はFAXまたはメールでお申込ください

♪お申込の際お知らせください
①行事名 ②開催日 ③申込組合員の名前 ④組合員番号
⑤電話番号(日中連絡のつく電話番号)／FAXの有無
※お友だちをお誘いの方は組合員(組合員 No)か組合員でないかをお知らせください
※**お子さまは保育の利用をお願いします(お預かりできるのは生後4ヵ月～)**
⇒★なまえ(ひらがな)★性別★生年月日をお知らせください

パルシステムのつどい9月①

らくらく晩ごはん♪

「お料理セット」体験会



- 日時：9月12日(木)10:00～12:30
- 会場：印西市そうふけ公民館・調理室(2F)
(印西市原3-4・北総線「印西牧の原」駅南口徒歩5分)
- 講師：パルシステムライフアシスタント(※)
菊池 美穂子さん
- 募集：20人 ■参加費：無料 ■保育：あり
- 申込〆切：8月25日(日)
- ★お子様連れの方は保育の利用をお願いします。
- ★応募多数の場合は抽選になります。
- 参加が決まった方のみへ、持ち物等詳細を連絡します。(8/30まで)**

お申込みは
こちらから

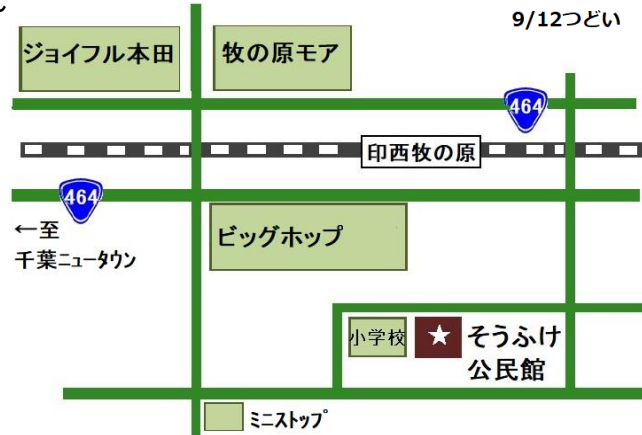


9/12つどい

- ◆毎日の料理、献立を考えるのはもちろん、一から手作りするのなかなか大変。
- ◆国産のお肉や野菜と化学調味料不使用のたれをセットしたお料理セット。食材はすべて適量、野菜は洗浄・カット済みなので、らくらく調理。
- ◆出来上がりの量や味が分からない為、購入に踏み切れないという組合員の声を受けて、実際に調理・実食する体験会を開催します♪
*調理・試食のアレルギー対応はできません。

(※)パルシステムライフアシスタント

パルシステムの取り組みや商品のこだわりを伝える語り部として活躍するパルシステム独自の資格を持つ組合員です



* 駐車場に限りがあります。満車の場合は近隣商業施設の駐車場のご利用をお願いします。

パルシステムのつどい9月②

若石リフレの足ツボ講座

病気の予防や体質改善のためのセルフ足もみ



お申込みは
こちらから



9/20つどい

- ◆足裏を揉んで、全身の血液循環を改善しましょう！
- ◆足裏の「反射区(*)」を刺激することで、頭痛、肩凝り、腰痛、疲労感、生理不順などの不快な症状の改善につながります♪

(*)…「反射区」とは、身体の各器官や、各臓器につながっている末梢神経が集中している箇所のこと。ツボは点・スポットであるのに対し、反射区は、奥行きのある立体・ゾーンになります。

【講師紹介】大田 正子氏
印西市在住・サロンド Masako 主宰
日本若石マスターズスクール講師
日本若石健康研究会認定リフレクソロジスト・MSJ 認定講師
自宅サロンやマルシェなどで、若石リフレクソロジーを施術。

- 日時：9月20日(金)9:30～11:30
- 会場：印西市文化ホール・多目的室(2F)
(印西市大森2535・JR成田線「木下」駅南口徒歩10分)
- 講師：日本若石マスターズスクール講師
大田 正子氏
- 募集：25人 ■参加費：無料 ■保育：あり
- 申込〆切：8月25日(日)
- ★お子様連れの方は保育の利用をお願いします。
- ★応募多数の場合は抽選になります。
- 参加が決まった方のみへ、持ち物等詳細を連絡します。(8/30まで)**



パルシステムでは保護者の方が安心して催しに参加できるように「保育の会・にこにこ」に保育委託しています。保育1人500円(チーパス提示=200円) ※お預かりできるのは生後4ヵ月～

☆センター企画情報紙「えりあ・どり〜む」に掲載している表示価格(募金などは消費税対象外)は、税込み価格です。 ☆個人情報の保護について/企画の募集でいただいた個人情報は、それぞれの運営以外では利用いたしません。