



☆2019年度☆

# ピーちくぱーちく 8月号



【発行】2019年8月5日  
生活協同組合パルシステム千葉習志野センター  
(千葉県習志野市東習志野6-15-8)

パルシステムのつどい9月①

パルシステムのつどい パルシステムを上手に活用して快適ライフ! ~食・くらし・子育て・環境・地域についてコミュニケーション!~

パルシステムのつどい9月②



たすけあい活動助成金企画

## ずっと健康で輝き続けるために…



## 女性のライフサイクルを学びましょう♪

心身の不調を訴える女性の方を耳にすることがありますが、女性特有のホルモンバランスの乱れによるものなのか?それとも他の病なのか?不安に思っている方必見の講座です!  
女性の生涯を通し心身の変化と、そこにまつわる疾患や暮らし方、働き方、医療との付き合い方などを学びましょう♪ エクササイズもありますよ♡

日時:9月11日(水)10:00~12:00

会場:ライフケア幕張会堂 \*Pあり

(千葉市花見川区幕張本郷6-24-24

JR・京成「幕張本郷」徒歩4分)

参加費:無料

講師:NPO 法人女性の健康とメノポーズ協会 宮崎恵美子さん 川人和子さん

募集:30名 \*応募多数は抽選

保育:あり (4か月以上のお子さんお一人500円、チーパス提示で200円)

※申し込み〆切:8月23日(金)15:00 \*参加者の年代をお知らせください。

パルシステム商品の  
おみやげもありますよ!!



### パルシステムのつどいの申込み

TEL・FAX・メール・二次元コードにてお願いします。

◆TEL 0120-862-618 (月~金 9:00~15:00)

(パルシステムのつどい専用番号です。)

◆FAX 047-493-4300 (24時間)

◆メール narashino-kumikatsu@pal.or.jp (24時間)

担当:地域活動運営スタッフ

- ①行事名
- ②開催日
- ③組合員番号
- ④参加者全員の氏名 (①のみ参加者の年代)
- ⑤電話番号(FAX有・無)

【保育ありの行事は、保育へお預け下さい】

- ⑥お子さんのお名前(ひらがな)
- ⑦性別
- ⑧呼び名
- ⑨生年月日と月齢
- ⑩保育経験の有無
- ⑪トイレ関係(おむつなど)



●申し込み〆切8月23日(金)15:00

→当選者に8月26日(月)から30日(金)までにご連絡いたします。

- ・日中連絡のつく番号か、留守電話設定をお願いします。
- ・キャンセルが出た場合、随時繰り上げ当選のご連絡をします。
- ・会場地図・詳細(持ち物など)は、参加のご案内にてお知らせします。

\*応募いただいた個人情報は「パルシステムのつどい」以外では利用しません。



### \*ほんもの実感学習会\*

もっと知りたい♡

## 『便利つゆ』『白だし』『だしパック』活用術♪

(株)にんべんフーズさんを講師にお招きし、パルシステムの定番人気商品「便利つゆ」

「白だし」「だしパック」の美味しさのひみつ&もっと便利な活用術を教わりましょう。



市販品との違いを確かめて、本物を実感♪

メーカーさんお勧め「簡単レシピ」の調理もありますよ♡



日時:9月19日(木)10:30~12:30

会場:緑ヶ丘公民館 調理室 \*Pあり

(八千代市緑ヶ丘3-1-7 東葉高速鉄道「八千代緑が丘」駅徒歩約5分)

参加費:無料

講師:(株)にんべんフーズ

募集:20名 \*応募多数は抽選

保育:あり (4か月以上のお子さんお一人500円、チーパス提示で200円)

※申し込み〆切:8月23日(金)15:00

