



キューブ館山エリアのパルシステム千葉の企画や地域情報をご案内する「地域性」を特徴とした情報紙です。

10月パルシステムのつどい①

年末年始はパルにおまかせ!

X'mas商品で華やかダイニング♪



毎年恒例&大好評のクリスマス商品試食会を今年も開催!夏の暑さがやわらいで、ようやく秋めいてくる頃ですが、ひと足早くクリスマス気分を満喫しませんか?皆さんのご家庭のクリスマスにも、きっとヒントになるアイデア満載でお届けしますよ♪そしてクリスマス商品だけじゃない!お正月商品もお試しできるチャンスはここだけです!!ぜひにぎやかに☆楽しいひとときを過ごしましょう♪ご応募お待ちしております~す\(^o^)/

~お楽しみメニュー~

- * 鹿児島若鳥ローストチキン
- * チキングラタンのパイ包み
- * ハーフ&ハーフピッツァ
- * 国産フルーツのデコケーキ 他

~お申込み切~

9月26日(木)15:00まで

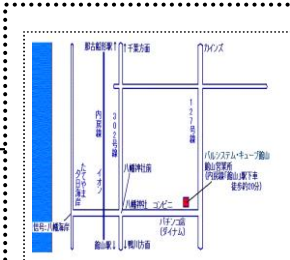
日時: 10月10日(木) 11:00~12:30

会場: キューブ館山 募集: 16名

参加費: 無料 保育: あります

お持ち物: お箸・お飲み物

こちらからもお申込みできます。



10月パルシステムのつどい②

腸(超)美人!

発酵食品アレンジレシピ☆



美容と健康に効果が高いと言われている発酵食品。ぜひ毎日の食事に取り入れたいと思っている方は多いはず…。特に腸内環境を整えてくれる発酵食品は、身体の中をピッカピカにしてくれて美肌効果もバツグンです!そこで今回は、サポーターの川名和枝さんに発酵食品を使ったアレンジレシピを教えてくださいます♪毎日ヨーグルトを食べてるからそれで充分!なんて思っている方も、目からウロコ!のアレンジレシピでさらなる美貌を手に入れて!(^_-)☆

~お楽しみメニュー~

- * 塩麹ごはん
- * ベーコンのスープ
- * 麻婆豆腐
- * エビとアスパラのマヨネーズあえ 他

~お申込み切~

10月8日(火)15:00まで

日時: 10月22日(火) 10:30~13:00

会場: キューブ館山 キッチンスペース

募集: 16名 参加費: 無料

保育: あります

お持ち物: エフロン・三角巾・布巾・お箸・お飲み物

こちらからもお申込みできます。



行事に関する お問合せ・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 9:00~15:00)
 FAX: 0470-23-8605(24時間)
 メール: tateyama-kumikatu@pal.or.jp



あそびの広場企画

わくわく読み聞かせ



あそびの広場では、毎月読み聞かせを行っています。もと小学校教員でサポーターの川名和枝さんが、季節にあった楽しい絵本や紙芝居を読んでもらいますよ♡ちょっとした軽食もご用意しています!!ぜひお友達を誘ってお越しくださいね!お待ちしております~す♪

10月16日(水)10:30~12:00

会場: キューブ館山 あそびの広場

定員: 先着 お子さま10名 参加費: 無料

※お申込みは9月16日(月)午前10:00より開始します。

TEL: 0120-868-518(月~金 10:00~15:00)



ふらっと♪

ぱる☆カフェ

お申込不要です



今月のぱる☆カフェは【味付けいなり】の食べくらべだそうよ!味付けいなりの味なんてどれも一緒なんじゃないの?でもきっと何かが違うのよね~。それじゃあみんなで行ってみたい?

9月24日(火)13:00~15:00

会場: キューブ館山
 (キッチンスペース)
 参加費: 無料

~お飲み物
(コーヒー・紅茶)
ご用意しております~



※ お申込みされた方で当日御都合が悪くなった場合は必ずキャンセルのお電話をお願いします。
 ※ 応募多数の場合抽選となります。結果は全員に御連絡します。
 ※ パルシステムのつどいはCO・OP共済などの剰余の一部から助成を受けて開催しています。