

ふれんど



2020年 1月号

発行日:2020年1月6日



「ふれんど」は、表面は柏センター、裏面は野田、印西、市川センターエリアのパルシステム千葉の企画をご案内する情報紙です。
申し込み先を確認の上、該当センターへお申込み下さい。

発行 生活協同組合パルシステム千葉 柏センター(柏市若柴330)

TEL: 04-7197-1396 (月~金 9:00~17:00)

*この電話番号は、柏センター主催行事のお申込み・お問合せの専用番号です。
その他一般のお問合せは0120-868-014にお願いします。

FAX: 04-7126-0628 (24時間)

メール: kashiwa-kumikatsu@pal.or.jp (24時間)

現在フリーダイヤル
が使えません。
大変申し訳ありませ
んがしばらくの間ご
了承くださいませ。

☆行事へのお申込み・お問合せについて

①行事名 ②参加者全員の氏名 ③組員番号 ④電話番号 ⑤保育希望の場合はお子さんの名前(ひらがな)・性別・開催当日の年齢(〇歳〇ヶ月) ※月齢4ヶ月のお子さんから保育をお受けします。
※行事の当選連絡は、連絡行き違いを防ぐため基本的には留守番電話にメッセージは残しません。
場合により当センターからのメッセージがあった時は、必ず折り返しのご連絡をお願いします。
※保育は保護者の方が安心して行事に参加できるように新保育団体「保育の会にここ」に委託しています。

2月パルシステムのつどい①

◆パルシステムを上手に活用して快適ライフ
◆「食・くらし・環境・地域」についてコミュニケーション

「我が家は、塩分とり過ぎ？」



~我が家のみそ汁(スープ)の塩分濃度を測ってみよう~

健康のために普段の食事で塩分のとり過ぎに気をつけている方も多いと思います。いつもはどのくらいの塩分濃度なのか、今回は実際にご家庭のみそ汁の塩分濃度をはかってみます。なぜとり過ぎてはいけないのか、またすぐにできる減塩のコツも教えていただきます！



<内容>
*減塩についてのお話
*試食・交流 他

パルシステム商品のおみやげつき♪

日時: 2月6日(木) 10:30~12:30

場所: パルひろば☆おおたかの森

(流山市おおたかの森東1-3-1 プラティークヴェール1階)

流山おおたかの森駅東口より徒歩3分 Pなし

講師: 柏市保健所健康増進課 管理栄養士

募集: 20名 *応募多数の場合は抽選

参加費: 無料

持ち物: いつものご家庭のみそ汁(少量)、飲み物、筆記用具

保育: お子さんは保育にお預け下さい(4ヶ月~)

(要予約 1人500円、チーパス提示で200円)

※切: 1月24日(金)

当選の方のみ27日(月)、28日(火)に電話連絡します

2月パルシステムのつどい②

今年もやります!

男の料理!(再)



恒例となりました「男の料理!」。10月に開催予定でしたが、台風の接近で中止となってしまいました。今回は新しい会場での再挑戦です! テーマは“ギョウザ”。ひと口にギョウザと言っても、キャベツ派、白菜派、ニラを入れるか等々、こだわりいろいろ、包み方もいろいろ。それでも、料理上手な方も初心者もそれなりにできちゃう優れモノですから、みんなで楽しくレッツクッキング! 前回ご応募いただいた方もできなかった方も、どしどしお申し込みください。お待ちしております!



メニュー(予定)

- ・焼きギョウザ
- ・簡単スープ
- ・中華風ラー油
- ・デザート

サラダ

日時: 2月11日(火・祝) 10:30~13:00

場所: パルひろば☆おおたかの森

(流山市おおたかの森東1-3-1 プラティークヴェール1階)

流山おおたかの森駅東口より徒歩3分 Pなし

講師: PLA 花島 敦子さん

募集: 12名 *応募多数の場合は抽選

参加費: 無料

持ち物: エプロン、三角きん、ふきん、マスク

保育: なし

※切: 1月29日(水)

当選の方のみ30日(木)、31日(金)に電話連絡します



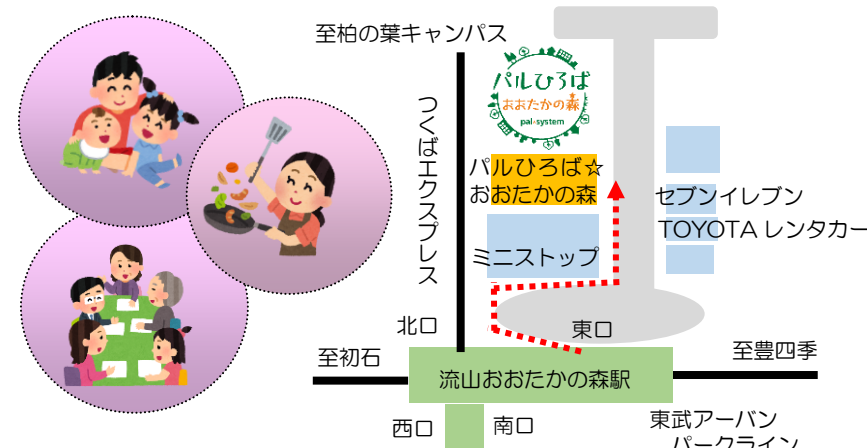
組合員の皆様へお知らせ

地域活動施設

「パルひろば☆おおたかの森」誕生!



組合員の皆さんの声に応じて、流山市に新たに地域活動施設「パルひろば☆おおたかの森」が誕生します! つくばエクスプレス・東武線「流山おおたかの森」駅の東口から徒歩3分とアクセスも良好! 2020年1月以降、さまざまなイベントを開催する予定です。皆様のお越しをお待ちしています。 ※組合員や地域の皆さんへの施設貸出については、2020年4月開始を予定しています。今後、ぱるのおとやパルシステム千葉のホームページでお知らせします。



- ◆住所: 流山市おおたかの森東1丁目3-1 プラティークヴェール1階
- ◆アクセス: つくばエクスプレス・東武アーバンパークライン 「流山おおたかの森」駅 東口より徒歩3分
- ◆TEL: 0120-862-718(月~金9:00~17:00)
- ◆FAX: 04-7126-0628
- ◆メール: palhiroba-ootaka@pal.or.jp (24時間)