



ぴーちくぱーちく 11月号

オンライン de パルシステムのつどい

お家から、パソコンやスマートフォンで、
ご参加いただけるパルシステムのつどいです。
どこにいても、つながる、話せる、学べます♪

zoom を使って開催します
こちらからダウンロードして準備してください。



▲Google Play ▲App Store

【パソコン】
zoom の公式ホームページ
からインストールしましょう

zoom

はじめてのZOOM～初級編～

ミーティングルームに入室して
からの基本操作「いいね！ボタン」
などを体験してみましょう。



開催日：12月3日(木)
開催時間：10:00～10:30



参加人数：4名
※切：11月20日(金) 15:00

今年のクリスマスケーキは楽しいデコレーション♪ こんせんロールケーキを フッシュド/エルにアレンジ

パルシステム人気商品「こんせんロールケーキ」
のおいしさとデコレーションで、いつもと
違うクリスマスを演出しましょう～♪我が家
だけのオリジナルデコレーションに挑戦して
みませんか♡



開催日：①12月 8日(火)
②12月 16日(水)
開催時間：10:30～11:30

参加人数：各回 8名
※切：11月20日(金) 15:00



パル商品ぞっこんライブ 石けん・重曹・クエン酸でお掃除♪

環境に身体に優しい洗剤で家じゅう
ピカピカに♪事前に「粉せっけん
と重曹のサンプル」を送ります。一
緒に汚れ落ちを体験しましょう♪



開催日：①12月 2日(水)
②12月 21日(月)

開催時間：10:00～11:00
参加人数：各回6名

※切：11月20日(金) 15:00



追加募集!! 離乳食 de おしゃべりルーム♪

これから始まる離乳食、いつからどのようにす
ればいいのか？生まれてはじめて口にするものだ
から、安全で安心な食材で食べさせたい。離乳食
は大切な食育の第一歩です。離乳食のお話を聞いて、
みんなでおしゃべりしましょう♪

開催日：11月30日(月)
開催時間：10:30～11:30
参加人数：4名程度

(随時、ご案内をいたします)
※切：11月20日(金) 15:00



～組合員のお気に入り商品紹介～

素材が生きる白だし

岡山のお雑煮が、これ1つで再現し
ました！他にも、卵焼き、お茶漬け、
うどん、そば、炒め物に大活躍です！
もう、なくてはならない一品です！
(K.Nさん)



酸素系漂白剤

洗濯槽のお掃除に使いました。瞬く
間に汚れがどっさり浮いてきて、と
ても驚きました!!ぬるま湯を使うの
がポイントです!!クセになりそう♡
(C.Eさん)



※紙面でご紹介させていただいた方に、100
ポイントをプレゼントいたします。

クイズに答えて、パル商品をゲット!

今月のお題はこちら!

●パルシステム商品でお
馴染みの「純米酢」の原料
はなんでしょうか?



正解者5名の方に、純米酢をプレゼン
ト!ふるってご応募ください。

※お気に入り商品やクイズの答えを記入し、
裏面の連絡票を封筒に貼り、配送スタッフに
お渡しください。

野菜たっぷりロールキャベツ

●作り方●

- ①鍋に1200CCの水
- コンソメ2個
- カットトマト1箱
- 便利つゆ大さじ3
- 花見糖小さじ1



- 沸騰したらロールキャベツを入れて煮込む
- ②20～30分ほど煮込んでから
- アスパラ 1袋
- ちっちゃカットかぼちゃ 1袋
- を入れて5分煮込む

包丁とまな板を使わないで
パパパッと作れるよ♪



豚肉とキャベツは産
直、塩・砂糖・黒コ
ショウのみで味付



安価で丁度良い
分量。イタリア産



便利な冷凍野菜



化学調味料不使
用のコンソメ



味の決め手マト
との相性は抜群



YumYum ちっちゃ
カットかぼちゃ



★お申込み多数の場合には、抽選となります。

★ご当選の方には、「参加のご案内、おやくそく」を11月27日(金)までに配送便
または郵送にてお届けします。

お申込み・問合せ 習志野センター MAIL:narashino-kumikatsu@pal.or.jp
TEL:0120-862-618 (月～金 9:00～15:00) FAX:047-493-4300

*Zoom のダウンロードについてもお気軽にお問合せ下さい