

組合員番号  
 お名前 (ペンネーム)  
 ※紙面参加企画の応募用宛先ラベル: 応募したい情報をお手持ちの封筒などに入れ、この宛先ラベルを切り取って貼り、配送担当にお渡しいただくか、FAX・メールで。11月分×切: 11月29日(日)必着

**よむ・パルシステムのつどい**

**簡単&お洒落な 手作り\*ビスコッティ**

稲毛センター主催 スタッフ向け「オンライン de つどい」に参加しました。ビスコッティって、お店で買うものと思っていましたが、シンプルな材料と手順で、これならできそう！早速自宅で作ってみました。サクサクほろほろ、そのままでも、コーヒーや紅茶につけて食べても美味しい♪お友達へのプレゼントにも。中に入れるナッツやドライフルーツ、甘さの調整などお好みで変えられるのも手作りの良さですね。

このプログラムは12月17日(木)稲毛センター主催「オンライン de つどい」に登場です。お見逃しなく！(か)



**産直リモート交流で、いただきます！**

産直交流もリモートで再開です。10月に行われたプレ開催に参加しました。パルグリーンファームの圃場案内では作物の育成状況や、無茶々園のミカンの木を育てている様子などが紹介されました。おうちで産地の様子が見られるのは、オンラインならではの。産直レシピ実演の後、各自で調理タイム。サツマイモご飯やサラダを作りました。集合時間にカメラの前に用意して全員で「いただきます！」。

画面の中の生産者や参加者とつながる、新しい産直交流にご期待ください。(か)



つどいのご感想、暮らしの話題、地域情報、パルシステムへのご意見など、なんでも結構です。紙面右上の①応募用宛先ラベル(配送便)、②FAX、③電子メールのいずれかでお送りください。お便りはお住まいの地域と下のお名前(例: はなこ)か、ペンネームで紹介します。たくさんのご応募をお待ちしています。※お送りいただいたものは返却しません。すべてのお便りを掲載することはできません。掲載時は一部抜粋してご紹介する場合があります。ご了承ください。



ひまわりメールをお寄せいただいた方の中から抽選で毎月5名様と掲載の方全員に、心ばかりのパルシステム商品をプレゼント！当選者は「ひまわり」12月号で発表します。

**「はじめての ZOOM」開催中！**

東金センター主催オンライン de つどい「はじめての ZOOM」開催中です。つどいに参加したいけど ZOOM がわからない、画面に向かって話すのはちょっと恥ずかしい…そんな声にお応えして、少人数で基本操作を確認するオンライン企画です。連続講座ではないので、ご都合に合わせて何度でも、井戸端会議のようにおしゃべりしましょう♪機器の設定やアプリのダウンロードから知りたい！という方は、対面形式の講座も企画。まずはお気軽に、東金センターまでお問い合わせください。

【参加者の声】簡潔に話す、間を置くなどポイントを教えて頂き、またセンター内も見学できてよかったです。(匿名女性)→参加人数が少なかったためセンター中継をしました。毎回少しずつ内容を変えています。またご参加くださいね。(スタッフ)基本操作が遠隔で指導というのにどうも違和感があり、馴染めませんでした。(匿名女性)→対面講座も企画です。リモートでも楽しめる工夫を重ねていきたいと思ひます。(スタッフ)

**オンライン de パルシステムのつどい ZOOM 開催**

**東金12月① はじめての ZOOM**

少人数でゆっくりと、基本操作を確認します♪

開催日: 12月4日(金)  
 16日(水)  
 開催時間: 午前 10:30~11:10  
 午後 13:30~14:10  
 (各回 15分前から受付開始です)  
 参加定員: 各回 6名(オンライン)



準備: 事前に資料をお送りします。当日までにご使用のパソコン・タブレット・スマホに ZOOM のダウンロードを済ませてください。ご不明な点はセンターまでお問合せください。  
 ※連続講座ではありません。基本的な内容は同じです。おひとりでも何度でもお申込みいただけます。

**東金12月③ 「バラの巻きずし」ライブ**

年末年始を華やかに！おうちでできる「バラの巻きずし」の作り方を、手元カメラでウォッチング。

開催日: 12月10日(木)  
 開催時間: 10:30~11:30  
 (10:15 から受付開始です)  
 参加定員: 20名(オンライン)  
 講師: PLA 榎本裕美子さん



準備: 事前にレシピをお送りします。画面を見ながら一緒に作る方は、ずし飯(白、ピンク)、カット済み材料(焼きのり、薄焼き卵、紅しょうが、スモークサーモン、ゆでた小松菜)と「巻きずし」、包丁等を用意してください。準備なしで見ただけでも OK です。

**東金12月② Xmas リボンクラフト**

大人かわいいヘアゴムと一緒に作ろう♪

開催日: 12月8日(火)  
 開催時間: 10:30~11:30  
 (10:15 から受付開始です)  
 参加定員: 10名(オンライン)  
 講師: 萬俣基江さん



準備: はさみ、ボンド。  
 事前に材料キットとご案内をお送りします(申し込み時にキットの色を指定してください)。  
 ①Xmas 赤系 ②Xmas グリーン系 ③パープル系 ④ベージュ系(ポンポンをつけるかは当日ご自身で決められます)。

**東金11月④ 追加募集**

**おうちでクラフダンス**

開催日: 11月20日(金)  
 開催時間: 10:30~11:30  
 (10:15 から受付)

若干名・先着順  
 ご参加いただける方のみ、ご連絡いたします。



★×切: 11月23日(月・祝)★参加費無料★お申込み多数の場合には、主催センター優先で抽選。  
 ★お申し込み状況により追加募集あり★ご当選の方にのみ 11月26日(木)までにメールでお知らせ。  
 主催・問合せ 東金センター  
 TEL: 0120-867-518 (月~金 9:00~15:00) メール: togane-kumikatsu@pal.or.jp