



# ぴーちくぱーちく

## 2022年度 4月号

習志野センター地域情報紙 発行日：2022年4月11日(月)

発行元：パルシステム千葉 習志野センター

〒275-0001 千葉県習志野市東習志野 6-15-8

TEL：0120-862-618 (月～金 9:00～15:00)

FAX：047-493-4300 MAIL：[narashino-kumikatsu@pal.or.jp](mailto:narashino-kumikatsu@pal.or.jp)

★お申込み・お問合せは、各記事の連絡先や各2次元コードをご利用ください。

★お申込み多数の場合は、抽選となります。

※ご応募いただいた方全員に当落の結果をお知らせします(企画ごとに期日が異なります)。

※事前提供商品は、発送後に組合員都合により欠席の場合、該当商品同等額を請求する場合があります。

※お申し込みの際お預かりした個人情報は、受付名簿・連絡・会議・催し物の適切な運用の為に限定して利用します。



### 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。



【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



▲Google Play ▲App Store

### ようこそ!! はじめてのZoom

Zoomで「つどい」に参加するための初歩的な操作と、おさらいの会です。お気軽にご参加ください♪



#### 主な内容

- ☆ マイク・カメラのオンオフ
- ☆ リアクションボタン
- ☆ チャット
- ☆ 名前の変更

日時：5月6日(金)  
10:00～10:30(予定)  
募集：6名  
参加費：無料



×切：4月22日(金)  
※ご応募いただいた方全員に、5/2(月)までに当落の結果をお知らせします。

### 脱プラでサステイナブルな暮らし エコラップ学習会



毎回人気の蜜蝋(みつろう)で作るエコラップ(使い捨てないフードラップ)の学習会です。お台所から楽しく出来るSDGsを始めましょう♪

- 学習会内容
- ☆ プラスチック学習会
  - ☆ エコラップ作りお試し体験

日時：5月16日(月)  
10:00～11:30(予定)  
募集：25名  
参加費：無料  
用意する物：綿100%の布、アイロンなど  
×切：4月24日(日)  
※ご応募いただいた方全員に4/29(金)までに当落の結果をお知らせします。



### ベビーマッサージ & 離乳食



やさしく温かい手のぬくもりと笑顔は、赤ちゃんにとってなによりのやすらぎです。スキンシップでたっぷりの愛情をそそぎ、親子の絆を深めましょう♡離乳食の話も必見です♪

(ベビーマッサージは30分～40分予定)

日時：5月23日(月)  
10:00～11:30(予定)  
募集：20組 参加費：無料  
(4か月～10か月位までの親子)  
講師：栗原 薫さん  
RTA ベビーマッサージ講師/  
千葉市非常勤保育士/親子あそび講師  
離乳食の話：田中 綾香さん  
(パルシステムライフアシスタント)  
×切：4月22日(金)  
※ご応募いただいた方全員に5/2(月)までに当落の結果をお知らせします。



### 動物性不使用 米粉のキャロットケーキ



卵・乳・白砂糖・小麦不使用の米粉のキャロットケーキを作ります。グルテンフリーの米粉ケーキは難しい！調理なしの参加も可能です。

\*プログラム\*  
米粉のキャロットケーキ作り  
無農薬にこだわりたい！産直にんじんストリー



日時 5月27日(金)  
10:00～11:30(予定)  
募集：25名  
参加費：無料  
用意する物：国産米粉(プレーンページ 4月2回、yumyum5月1回)などの食材  
×切：4月24日(日)  
※ご応募いただいた方全員に4/29(金)までに当落の結果をお知らせします。



### 応募用紙

習志野センター 活動スタッフ行



組合員番号                      お名前                      答え

※この応募用紙を切り取って、お手持ちの封筒に貼り、配送担当にお渡しください。  
4月分×切：4月22日(金)

### \*クイズに答えてパルシステム商品をゲット! 今月のお題はこちら!\*

パルシステムの環境の取り組みで「3R」とは、リデュース・リユースと、あと1つは何でしょう? (ヒント：リ〇〇〇〇)



※組合員番号・お名前・クイズの答えを記入し、メール・FAXで送信頂くか、左の「応募用紙」を切り取り封筒に貼り、配送スタッフにお渡しください。正解者3名に「トマトケチャップ」をプレゼント!(5月中旬発送予定)

3月号の答え:「③つ」です! 正解者3名に「me・gu・ru 歯みがき」をプレゼント。4月中旬発送。