

特集 **とってもサステナブル!**

“地産地消” 千葉のこめ豚

P5 理事会・監事会だより

P6-7 知ってる? やってみよう!
お知らせ&イベント情報



Present!

『こんせんくんカトラリーセット
&エコ・千葉こしひかり無洗米3kg』



30名様

ご応募はP8を
ご覧ください。

特集 とってもサステナブル!

“地産地消”千葉のこめ豚

安定した生産には 飼料の国産化が不可欠

日本の畜産業は飼料のほとんどを輸入に依存しています。日本で流通する豚肉のうち、国産豚肉は約50%ですが、飼料も含めた国産比率は約6%とほんのわずかに過ぎません。異常気象や紛争などにより世界の穀物事情は大きく変化しており、輸入飼料の値上がりとともにコスト高により廃業を選ぶ生産者も増えています。飼料を国産にシフトすることは、国内の畜産業を守ること、そして食料自給率の向上に直結している課題なのです。

豚肉の食料自給率(カロリーベース)



出典:農林水産省令和5年度食料自給率・食料自給力指標についてより作成

『パルシステム千葉のこめ豚』



『パルシステム千葉のこめ豚』を食べられるのは、千葉の組合員だけ!

飼料用米

減反政策などにより、地域で耕されなくなった田んぼを活用し生産。



耕

パルシステムの産直産地「北見畜産」では、生後約4カ月目から出荷の約2カ月前までの間、米を飼料に10%以上配合して育てた“こめ豚”を生産しています。この飼料用米は、耕作放棄された田んぼを再利用し、こちらも県内の産直産地である「サンドファーム旭」および「市原市飼料用米生産・利用協議会」が手掛け、作り始めたもの。さらに加工も県内工場で行っています。「千葉県の米を食べ、千葉県で育ったこめ豚を千葉県組合員にお届け」、まさに地産地消を体現した商品なのです。



畜

飼料用米を混ぜた飼料で肥育。豚から出たふん尿は堆肥に。

飼料用米の産地は…

サンドファーム旭

パルシステムではトマトやきゅうりの産地としておなじみ。地域循環型農業を基本にして農家の自立をめざすことが環境保全につながると考え、農業にできるだけ頼らずに生産する方法や品質向上に取り組んでいます。

「耕畜連携」で豊かな田んぼ



耕作放棄などで休耕田になると、雑草や害虫が増え、鳥獣被害などの環境悪化が進んでしまいます。飼料用米を作ることで、荒れた田んぼに本来の生命力がよみがえり、土地の有効活用と耕地の保全が進み、地域の活性化にもつながります。

また、水を満たした田んぼには、水を浄化したり二酸化炭素を吸収したりするという重要な役割もあるのです。



こめ豚に関する疑問やおすすめポイントなどを、実際に市原市で『パルシステム千葉のこめ豚』を生産している生産者に伺いました。



お話を伺ったのは…
北見畜産(市原市)
北見則弘 さん



千葉のこめ豚の特徴は…?

通常の産直豚と比べると、若干肉の色味が白っぽいのが特徴です。脂が甘くて、後味が軽やかなのですが、肉のうま味はしっかり味わえます。部位によっても全く味わいが違うので、一頭まるごといろいろな部位が隔週で届く「千葉のこめ豚」でぜひお試しください!



脂に甘みがあり、あっさり

千葉県ならではの?

「小さな地域での循環」をめざして。

北見畜産のこめ豚は、同じ千葉県内の飼料用米を食べて育ち、県内で加工され、そして千葉の組合員の元へ届きます。豚から出るふん尿もまた作物を作る肥料として使われ、育った作物は千葉県内で流通します。実はこれができるのは、産地と加工場がそろう、さらに消費人口も多い千葉県だからこそ。世界情勢や異常気象で飼料の価格が乱高下している現状にも対応できる、この「小さな地域での循環」を大切にしたいと思っています。

こめ豚ねぎ塩まぜごはん

材料【2人分】

- ごはん……………お茶碗2杯分
- こめ豚(お好きな部位)……………200g
- 長ねぎ……………1/2本
- 片栗粉……………大さじ1
- ★便利つゆ……………大さじ1
- ★白だし……………大さじ1
- ★海ほいのち……………小さじ1
- ★おろししょうが……………小さじ1/2
- ごま油……………大さじ1

作り方

- 1 長ねぎは大きめのみじん切り、こめ豚は1cm程の細切りにする。
- 2 こめ豚に片栗粉をもみ込んでおく。
- 3 フライパンにごま油を熱し、こめ豚を炒め、焦げ目がついたら長ねぎを加え、さらに炒める。
- 4 ★の調味料を加え、味をなじませ火を止める。
- 5 炊いたごはんを混ぜ合わせたらでき上がり。



薬は最低限。密にならない豚舎でのびのびと育ちます。

一般的な畜産では、生産効率を上げたり、病気を防いだりするために、抗生物質などの薬剤に頼ることも。もちろん全く薬を使わないわけではないのですが、豚にとってストレスが少なくなるよう、穴を掘ったり、寝転がったり、自由に動ける環境で育てるようにしています。できる限り薬剤に頼らないよう、健康的に豚を飼育しています。



※「伝染予防法」という法律で、最低限の薬剤を使用することが定められています。

のびのび、元気に育ちます

千葉のこめ豚を一番おいしくいただくには…?

こめ豚の魅力は、なんといっても脂のうま味。中火でさっと、肉が固くならないように焼き過ぎないのがコツです。初めての方は「ゆで豚」で食べるのがおすすめです。こめ豚の肉のうま味と脂のおいしさが実感できますよ。



こだわりの豚肉を 隔週でお届け!

〈お届け例〉

あっさりとした脂とコクのある味わいが好評のパルシステム千葉独自商品です。千葉のこめ豚は登録制。登録すると1年を通じてさまざまな部位が届きます。ぜひ食べて「千葉の地産地消」を応援してください!

12月1回

- バラ鍋物用スライス(冷凍) 140g
- 小間切(バラ凍結) 160g

3月4回

- モモしゃぶしゃぶ用(冷凍) 160g
- カタロース角切り(冷凍) 140g

184811 パルシステム千葉のこめ豚
各回(隔週) 798円(税込862円)
注文時に上記6ケタの注文番号を記入するだけで注文できます。

お魚食べようキャンペーン結果発表!

9月号のPalnoteでご案内した「お魚食べようキャンペーン」にたくさんの投稿が寄せられました。組合員の皆さんが選んだ、好きな食べ方と好きなパルシステムの水産商品ランキングを発表します。

お魚食べるなら...?

1位は、2位と僅差で「焼き魚」が選ばれました! 鮭、さば、ほっけ、あじ、さんま、赤魚...とバリエーションが多いほか、みりん漬や西京漬などの漬け魚も大人気。2位に選ばれた「生魚」は調理の手間がないことから支持されている様子。そして3位となってしまった「煮魚」には、「調理が面倒」「難しい」などの声も。ぜひ、温めるだけの「さばの味噌煮」などから試してみてくださいね!



1位 181票

とにかく楽で、とにかくおいしい! ごはんと合う!リピートしています。

手間がかかる味噌煮の工程を全て終わらせて湯煎するだけなんて最高! さらにおいしい。常に冷凍庫にストックしています。余った煮汁をごはんにかけるのが最高の♪!

魚は「焼」派ですが、この味噌煮だけは別格です! 家では出せない本格的な味付け。オススメ商品です。

好き嫌いが激しい息子ですが、これはよく食べてくれます!

自分で骨を取って煮るのは大変です! お魚臭さをなくすのにも苦労するため、その手軽さとおいしさからよく利用しています。

骨と身の間の部分がカリカリして油がジューとでるところがたまりません。

絶品。わが家の大好物。しょうゆと昆布だしがベストマッチ。

さばの味噌煮(骨とり)

2位 143票

サラダには着がまい息子も、サーモンといっしょに生野菜を食べてくれます! 切身の厚みも丁度良しです。

野付の魚介類は、どれを食べても間違いなくおいしい! 家族みんな大好きです!

「生」派なのですが、このほっけはイチ押しです。自分で昆布にすることもありますが、やはり便利さとおいしさはパル商品が一番です。

ほっけ昆布醤油干し

4位 108票

脂ののったさばとみぞれのタレがおいしいです。残ったタレにごはんを入れ最後まで食べきる!

解凍するだけで、「いま買ってきました!」くらい、新鮮なおいさが手に入ります。

さばのみぞれ煮(骨とり)

5位 106票

酢の加減が絶妙。しっとりとしてさばの旨味を感じられるから大好きです。

新鮮な魚を使っているからか色もキレイで味も良い。不要な添加物を使用していないのも◎

昭徳の産直九州産 天日干しあじひらき

7位 82票

骨ぬきさばみりん干し

8位 73票

まぐろたたきボリュームパック(徳用サイズ含む)

9位 62票

礼文島船泊の産直・旬の真ほっけ(開きおよび切身干し)

10位 59票

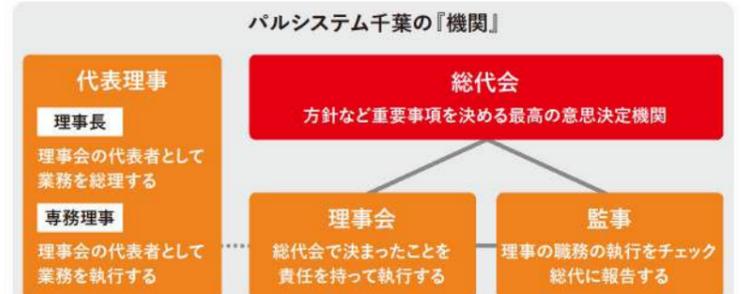
3種の海鮮丼(まぐろ・甘えび・秋鮭)

みんな大好き お魚Best 10

食べ方では3位となった煮魚でしたが、好きなお魚で堂々1位に選ばれたのは、『さばの味噌煮(骨とり)』でした! 皆さんからのおすすめコメントもぜひご覧ください。

組合員の想いを実現! 4つの機関で運営

パルシステム千葉は、組合員による組合員のための組織、生協(生活協同組合)です。組合員一人ひとりの願いや想いを受けながら、組織としての一つの意思を持って事業・活動を進めています。一般的な会社とは異なり、右の4つの機関を設け運営しています。方針などの重要事項を決める「総代会」で決定された事項について、責任を持って執行するのが「理事会」です。



どんな人が理事になっているの?

理事会はさまざまな立場のメンバーで構成されています。とくに組合員のための組織であることから、「くらしの視点を持つ理事(以下、くらしの理事)」が理事会メンバーの過半数となるよう構成されています。「くらしの理事」は組合員の中から選ばれた理事として、日々変化する社会情勢を組合員目線で考え、その想いを方針や活動に反映させています。



こんなことでも活躍しています!

理事会に出席し、事業・活動などの具体的な計画を立て、推進していくほか、さまざまな機関会議や委員会に出席したり、総代会やくらしトーク・トークの運営、産地やメーカーなどの視察、学習会への参加など、理事の仕事は多岐にわたります。



くらしの理事に聞きました! /

Q.理事になったきっかけは?
A.パルシステムのつどいに参加したことがきっかけでパルのことが好きになり、パルのことを「もっと知ってみたい ぐらしの視点を持つ理事」と総代になりました。くらしの高崎 麻衣子(トーク・トークなどに参加して理事と接する機会が増え、とても話しやすく親しみを感じていたということもあり理事になろうと思いました。)

Q.理事の仕事のやりがいとは?
A.仕事内容は多岐にわたり大変さがありますが、理事にならなければ知り得ることのないことがとても多く、自己研鑽になっています。産地等の視察で得たものを組合員へ伝える責任はありますがやりがいもあります。また、さまざまな企画やくらしトーク・トークで組合員の声を聞きながら交流することも楽しみのひとつです。

「教えて! 話そう! くらしの理事♪」のお知らせ

そもそも「生協」って? くらしの視点を持つ理事の役割とは? 理事になったきっかけは? など、理事に聞いてみましょう! 現役理事と気軽におしゃべりしませんか?

●12月12日(木) 10:30~11:55
パルシステム千葉本部

●12月14日(土) 10:30~11:55 オンライン

お問い合わせ 組織・広報部 047-420-2605
※詳細は6-7ページをご覧ください。

理事会・監事会だより

【供給高】2,590,776千円(予算差+58,031千円)
【出資金】10,704,814千円(先月差+55,068千円)
【組合員数】269,429名(先月差+365名)

- 【2024年度 第5回定例理事会】2024年9月25日開催
審議事項はなく報告事項について意見交換を行いました。
- 【2024年度 第5回監事会】2024年9月4日開催
1. 第4回定例理事会について
 2. 9月に実施する事業所往査の内容と監事について
 3. 上期監事監査の日程と内容について確認
 4. 次期監事体制について、方針等のとりまとめ
 5. 監査法人との意見交換について、日程と参加監事を確認
 6. 中根店棚卸立会について、点検事項及び実施監事を確認

知ってる? やってみよう!

お知らせ & イベント情報

※お申し込みの際にお預かりした個人情報は、受付名簿、連絡、会議・催し物等の適切な運営のために限定して利用します。
 ※「お知らせ&イベント情報」に掲載している表示価格は、すべて税込み価格です。(募金は消費税対象外)
 ※掲載している各種活動および行事は、ホームページおよび各二次元コードからお申し込みいただけます。

【LPA 講座】お金の教室 くらし

学校で習わなかったことを学びませんか

お金について考える、学びの扉を開ける基礎情報

今は家庭科で家計管理や投資などの授業があるようですが、皆さんはいつ習いましたか? 教育資金や住宅資金、老後資金をどうやって準備するのか、社会保障や年金などお金の仕組みはわかりにくいですね。わからないままにしてきたことを、LPA (ライフプラン・アドバイザー) がわかりやすくお話しします。お金と賢く付き合う方法を学びませんか。

日 時: 12/16(月) 10:00~12:00
 会 場: パルひろば☆ちば
 定 員: 30名程度 参加無料
 保 育: 5名まで
 (保育費 500円、チーパス提示で 200円)
 〆 切: 12/8(日)
 ※応募者全員に 12/9(月)までに当落結果をご連絡します。



TEL: 047-420-2605 (月~金 9:00~17:00)
 組合員活動・コミュニティ政策推進部

教えて! 話そう! ぐらしの理事♪ くらし

理事といっしょに気軽にしゃべりませんか?

そもそも「生協」って? ぐらしの視点を持つ理事の役割や仕事とは? 「ぐらしの視点を持つ理事」を困んで、気軽にしゃべりませんか? 日ごろの活動や、理事になったきっかけや想いのほか、理事に聞いてみたいことも大歓迎です!



お試し品のプレゼントあり!

①12/12(木) パルシステム千葉 本部
 (船橋市本町 2-1-1 船橋スクエア 21 4F)
 ※交通費支給 保育無料 (生後 4 カ月以上、要申し込み)
 ②12/14(土) オンライン開催
 時 間: ①②ともに 10:30~11:55
 定 員: 各 20 名 参加無料
 〆 切: 11/29(金)
 ※定員を大幅に上回った場合は 12/2(月)までにご連絡します。

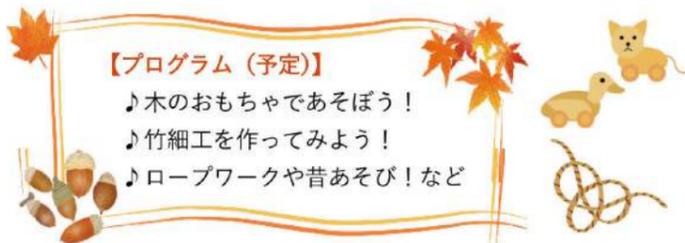


TEL: 047-420-2605 (月~金 9:00~17:00) 組織・広報部

今年は外で、思いっきりあそぼう! 《子育てフェスタ》

11/30(土) 印西市・北総花の丘公園で開催!

今年の「子育てフェスタ」も屋外開催! 小さいお子さんもおいっしょにご家族で楽しめる企画をたくさんご用意しています。お友だちを誘ってみんなであそびに来てください!



【プログラム (予定)】

- ♪木のおもちゃであそぼう!
- ♪竹細工を作ってみよう!
- ♪ロープワークや昔あそび! など



子育て

日 時: 11/30(土) 10:00~14:00 参加無料
 申し込み不要 ※雨天決行
 会 場: 千葉県立北総花の丘公園 Bゾーン
 (印西市原山 1 丁目 12-1)
 ※北総線「千葉ニュータウン中央」駅南口から徒歩 10 分
 または、「千葉ニュータウン中央」駅南口よりレインボーバスで
 「北総花の丘公園」停留所より徒歩 1 分 駐車場あり (有料)



フードバンク食材 ご提供のお願い
 賞味期限 2 カ月以上の常温品をご持参ください。
 「フードバンク ISS」を通じて必要な方へお届けします。



TEL: 047-420-2605 (月~金 9:00~17:00) 組合員活動・コミュニティ政策推進部

たんぼぼ club 流 農家れすとらん キャベツでヘルシーごはん♪



産直交流

村悟空女性部「たんぼぼ club」のオンライン調理実習!

村悟空(そんごくう)は環境保全型農業に取り組んでいる旭市の産直産地です。村悟空女性部では、心を込めて作った野菜の魅力をもっと知ってもらおうと、「無駄なくおいしく」をモットーにいろいろなレシピを考案しています。今回はキャベツをまるごと使用した体いたわるヘルシーごはんのレシピを皆さんにお伝えします!
 いつも元気な「たんぼぼ club」との交流を楽しみましょう!

日 時: 12/5(木) 10:30~12:30
 定 員: なし オンライン開催
 参加費: 500円



〆 切: 11/18(月) 正午
 ※応募者全員に 11/22(金)までに当落結果をご連絡します。

参加者には事前に村悟空のキャベツとミニトマトをお届けします。

【調理メニュー (予定)】

- ・キャベツピザ
- ・キャベツ春巻き
- ・キャベツスープ



TEL: 047-420-2604 (月~金 9:00~17:00) 産直・商品政策推進課

オーガニックがつくる「しあわせ時間」 ~ぐんまオーガニックフェスタ~



お知らせ

コア・フードをはじめパルシステムの生産者も多数参加 主催: 群馬県/共催: パルシステム連合会

群馬県内外の有機生産者が集まり、地元や各地の有機農産物を購入できる物販や、キッチンカーでの飲食を楽しめるイベントです。生産者と消費者が直接交流できる場として、有機農業の取り組みや未来を紹介するトークセッションも実施。ワークショップや音楽バンドのライブ、スタンプラリーや有機栽培の米やバナナの食べ比べなど体験型の企画も充実。有機農業の魅力を感じる一日をお楽しみいただけます。

日 時: 12/7(土) 10:00~15:00
 会 場: 高崎市役所庁舎前「芝生広場」
 (高崎城址公園)
 (JR 高崎駅より徒歩 12 分)
 入場無料 【雨天中止】



TEL: 047-420-2604 (月~金 9:00~17:00) 産直・商品政策推進課

自主的活動グループ★けいじ板! ※組合員以外の方もご参加いただけます!

参加者募集

ふたご・みつご リサイクル会



主催: ツインズふなばし

船橋市

多胎児サークル「ツインズふなばし」による無料おゆずり会です! サイズアウトした子ども服やおもちゃ、育児グッズの出品も、おさがりをもらうだけでも、どちらでも OK。妊婦さんのご参加もお待ちしております!
 ◆日時: 11/17(日) 10:30~11:30 ◆会場: 海神公民館 (船橋市海神 6-3-36)
 ◆定員: なし ◆参加費: なし ◆〆切: 11/16(土) ◆保育: なし
 ◆お問い合わせ: メール twinsfunabashi@gmail.com (ツインズふなばし) ◆お申し込み: 上の二次元コード



▲Instagram

参加者募集

家事家計講習会 2024



主催: 市川友の会 津田沼方面

習志野市

不安を安心に変えるお金と時間の使い方を考えてみませんか? 120 年続いている予算のある家計簿をつけてみましょう! スマホやパソコンでもつけられます。すき間時間の工夫なども紹介します。
 ◆日時: 11/19(火) 10:00~11:45 ◆会場: プラッツ習志野 北館 1 階 研修室 2 (習志野市本大久保 3-8-19)
 ◆定員: 15 名 ◆〆切: 11/18(月) ◆参加費: 300円 (資料代として) ◆保育: なし
 ◆お申し込み: TEL/FAX 047-452-4388 メール ichtomo.tsudanuma.2024@gmail.com (山口)



「自主的活動グループ★けいじ板!」のお申し込み・お問い合わせは、各グループへ直接お願いします。

Palnote 連絡用紙

商品に関することやご意見・ご要望などをこの用紙でお寄せください！
(太枠内のご記入をお願いします)

お名前		組員番号	
電話番号		センター名	
コース名	用紙提出日	年 月 日	回答 要・不要
記入欄			
 こちらからもお問い合わせできます			
商品についてのご連絡は、以下にご記入ください。			(パルシステム記入欄)
配達日 カタログ企画回	年 月 日 (月 回)		受付
商品名 青果は産地名も			
商品分類	青果 / 冷蔵 / 冷凍 / ドライ / 雑貨 / その他 ()		電算
注文番号	単価(税込)	数量	責任者

キリトリ ✂



クイズに答えて
プレゼントに応募!
□に当てはまる漢字を
直接書き入れてください➔

南 新 菓 粉

前回の答え

民 画 家 庭 具

水回りやリビングのお掃除など、キレイを保つ秘訣やそのお手伝いをする「家事代行」についてご紹介した前号。答えは「家」でした!

今回のプレゼント(表紙もご覧ください)

『こんせんくんカトラリーセット&エコ・千葉こしひかり無洗米3kg』
30名様

投稿募集中! 紙面に掲載された方には300ポイントプレゼント!

- みんなのおしゃべりCafe テーマ「一生のうちに〇〇したい」
人生100年時代! 一生のうちにやってみたい、挑戦したい、行ってみたい、食べたいなどなど、いつか〇〇したいことをお寄せください。
- ワタシのお気に入り! テーマ「夜食」
掲載号は2月2回。夜ふかしのお供、小腹を満たす一品や夜な夜なこっそり食べるプチご褒美、受験生の応援食など、パルシステム商品のおすすめ“夜食”を教えてください。

組員番号

お名前

□機関紙掲載可 □不可

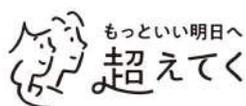
(ペンネームなら可)

切
11/24(日)まで



こちらからも応募できます

クイズ、投稿ともにこちらの投稿用紙に書いてご提出いただくか、上記の二次元コードよりご入力ください。ご応募お待ちしております。



パルシステムは 第1回「ジャパン SDGsアワード」を 受賞しました

