



えりあ どり〜むは、パルシステム千葉の組合員活動・事業・情報等をお知らせする情報紙です。  
 発行:生活協同組合パルシステム千葉 印西センター(印西市牧の原2丁目6番・北総線印西牧の原駅北口徒歩17分)

- ◆ **お申し込み方法** …各欄の**二次元コード**からウェブサイトへ。インターネットからお申し込み下さい。
  - ◆ **お問い合わせ** …パルシステム千葉・印西センター 担当:地域活動運営スタッフ  
 E-MAIL:inzai-kumikatsu@pal.or.jp TEL:0120-863-618【行事専用ダイヤル】(月～金 9～15時)
- ★全企画、お申込み多数の場合には、抽選となります★  
 ★全ての方に当落の結果をお知らせいたします★  
 ※ご連絡は上記メールアドレスより配信させていただきます。上記メールが受信できるよう設定をお願い致します。  
 ※掲載している二次元コードにつきまして、お使いの機種やご利用の環境などの理由により、読み取れない場合がございます。その際はお手数ですが、メールまたはお電話にてお問合せ・お申込みください。

パルシステムのつどい **オンライン** ← zoom を使って開催します  
 ダウンロードして準備してください。 zoom Google Play App Store

お申込みの際にお預かりした個人情報、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。

パルシステムのつどい  
**会場開催**

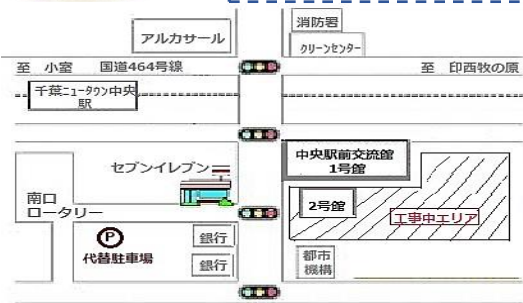
手作りのもので新年を迎える  
**和紙でつくる箸袋と箸置き**

ハレの日の箸袋と箸置きを和紙で作成します。  
 特別な日の食卓を、手作りの温かみで演出してみ  
 てはいかがですか? テーブルの雰囲気がぐっと華  
 やかになります。  
 クラフト好きな方、初心者の方、大歓迎です★



当日パルシステム  
 商品のサンプル  
 プレゼントします★

- 日時: 12月5日(木)10:00-11:30
- 会場: 印西市中央駅前地域交流館
- 講師: パルシステム組合員 樽見美代子さん
- 募集: 15名 ■参加費: 無料 ■保育: あり
- 申込締切: 11月23日(土)0:00まで
- ※11/29(金)までに全ての方に当落結果をお知らせします。



パルシステムのつどい  
**会場開催**

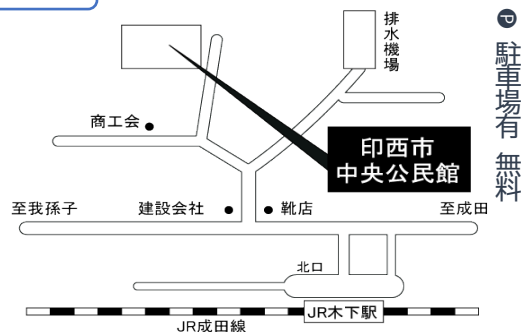
手打ちそばに挑戦!  
 ~年越しそばを今年手打ちで~

江戸前そば(二八そば)を作ります。  
 (水回し)→(練り)→(延し)→(切り)→(ゆで)  
 の工程をレクチャー&調理実習!  
 コツを掴んで、マスターしましょう。  
 打ちたて・切りたて・茹でたて!  
 3拍子揃ったそばのお味は格別です♪

- お品書き
- そば打ち体験
- 便利つゆの話
- 試食交流



- 日時: 12月18日(水)10:30-13:30
- 会場: 印西中央公民館 調理室  
 千葉県印西市大森 3934-1 JR木下駅徒歩4分
- 講師: 家庭料理アドバイザー 齋藤ひと美さん
- 募集: 20名 ■参加費: 無料 ■保育: あり
- 申込締切: 11月23日(土)0:00まで
- ※11/29(金)までに全ての方に当落結果をお知らせします。



※お子様と一緒に参加できません。保育の申込をお願い致します。(保育料:1人500円、チーパス提示で200円)  
 ※参加者・職員のマスク着用は個人の判断となります。予めご了承ください。体調が優れない場合は参加を見合わせてい  
 ただくと、安全な企画運営にご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

**eco** 暮らしの中でチョコッとエコ

10/11、そうふけふれあい文化館で、楽しくクリスマス商品を試食  
 するつどい「ワンプレートで先取りクリスマス」を開催しました。  
 その時に、庄内協同ファームさんの特別栽培米を使用した「玄米  
 100%お米ニョッキ」によっこを使用した。もちもちとした食感  
 で、パルシステムのカニのトマトクリームソースと相性も良く、参加  
 の組合員にも大変好評でした。  
 玄米は、豊富な食物繊維が含まれていて腸内環境も整えてくれる  
 と言われています。玄米を摂るには「によっこ」はお手軽でぴった  
 りです。庄内協同ファームでは持続可能な環境保全型農業でお米を  
 つくっています。



玄米 100%お米ニョッキ によっこ  
 冷凍 次回:11月4回  
**Pal's Dining** 掲載予定  
パルダイニング

パルズダイニングは、千葉の組合員だけ  
 に配布される食卓提案カタログです

**【アンケート】**

ふだんの暮らしの中で玄米は食べますか?  
 ①よく食べる②たまに食べる③食べない  
 玄米の食べ方や、悩みがあったら教えてください。  
 おすすめの食べ方があれば教えてください♪



アンケートにご協力いただいた方の中  
 から抽選で5名様に**50p進呈!**  
 記事の感想などをご記入していただくと  
 当選しやすくなるかも?!

- 応募方法: 配送便・FAX・メール・二次元コード
- 件名: 『えりあどり〜む 11月号アンケート』
- 宛先: パルシステム千葉印西センター地域活動スタッフ
- 締切: 11/24(日) ■抽選で5名に50ポイント進呈  
 氏名・組合員番号もご記入ください
- 誌面の感想などもお待ちしております
- FAX:0476-42-0914 :inzai-kumikatsu@pal.or.jp

**組合員番号**                      **お名前**

※えりあどり〜む応募用宛先ラベル: アンケートまたは感想を  
 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、配送担当にお渡ください。また、ご意見、情報等をお寄せ  
 いただけると嬉しいです      ➡ **印西センター活動スタッフ**

\*10月号アンケート結果\* 【お気に入り商品】5名の方にご回答いただきました。ありがとうございました!  
 ・産直たまご・花見糖・国産大豆のみそ:安全で美味しいから(我孫子市O様)  
 ・産直たまご・ただの炭酸水・花見糖:。花見糖は、さらさらで固まらないので使いやすく、味深いので我が家は切  
 らさずに使い続けています(白井市T様)  
 ・おやつソーセージ・カットほうれん草・直火炒めチャーハン:おいしくて、家族みんなが好きです。ほうれん草は、  
 お弁当など、ちょっと使いたい時にも便利です。(柏市T様)

## ピースアクション in オキナワ 参加者募集中

申込締切日 12/15(日)  
応募多数の場合は抽選

“沖縄の過去・現在を学び、平和な未来に繋げよう”

今年度はパルシステム千葉「平和活動募金」を活用して、沖縄戦の歴史や現在の基地問題について学び、考え、継承していく、「ピースアクション in オキナワ～第42回沖縄戦跡・基地めぐり～」を開催します。子どもたち自身が学ぶ貴重な体験に参加しませんか。

開催日：2025/3/26(水)～3/28(金) \*羽田空港集合 会場：ノホテル沖縄那覇(沖縄県那覇市松川 40)

定員：5 家族 10 名(保護者 1 名・子ども 1 名) \*小学生、中学生は大人の帯同必須

参加対象：組合員のお子様(小学 5 年生以上)及びその家族 \*高校生、大学生は単独参加 OK

参加費：中学生以上 60,000 円 小学 5 年～6 年生 50,000 円

\*参加費は現地での交通費、食事代、ホテル代となります。

【プログラム予定】 \*詳細は申し込み後別途ご案内します。

フィールドワーク：首里城、ひめゆり平和資料館、対馬丸記念館等、見学予定。その他、学習講演会・懇親会

お問い合わせ：047-420-2605 (月～金 9:00～17:00) palchiba-katsudo@pal.or.jp 組合員活動・コミュニティ政策推進部

申し込みは  
こちら→



## 「こども・若者未来基金」募金のお願い ～千葉県で暮らす社会的養護下の若者へ助成を！

「こども・若者未来基金」は施設や里親のもとで暮らしている子どもたちの自立を、給付という形で応援するための基金です。ひとりでも多くの若者を応援できるよう皆さまのご協力をお願いいたします。

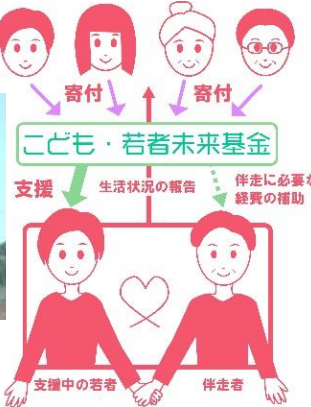
【募金方法】  
注文用紙、またはインターネットでの注文時に下記の「6桁番号」と「口数」をご記入ください

(現金の場合)  
申込番号：133230 1口金額：300円  
申込番号：133248 1口金額：1,000円  
(ポイントの場合)  
申込番号：169030 1口金額：300ポイント  
申込番号：169048 1口金額：1,000ポイント

お問い合わせ：047-420-2605 (月～金 9:00～17:00) palchiba-katsudo@pal.or.jp 組合員活動・コミュニティ政策推進部



活動紹介  
はこちら→



## <あそびの広場>

「保育の会 にこにこ」の先生と一緒に、手あそびやふれあいあそびをします。会場開催とオンライン開催があります。お気軽にどうぞ。

会場開催 組合員以外の方も参加 OK!  
お友だちを誘って遊びにきてね♪

今日は楽器  
あそびをします

オンライン ハンカチ遊びをします。  
ハンカチをご用意ください。

◆日時：11月28日(木)10:30～12:00

◆参加費：無料

◆申込み：不要。※直接会場にお越しください。  
時間内は入退室自由。11:00 ごろまでに入室  
してください。

◆会場：パルひろば☆おおたかの森  
(流山おおたかの森駅 徒歩5分)



お問い合わせ：パルひろば☆おおたかの森  
TEL:0120-868-664(月～金 9:00～17:00)  
メール：palhiroba-ootaka@pal.or.jp

◆日時：12月5日(木)10:30～11:10

◆定員：10 組(応募多数の際は抽選)

◆参加費：無料

◆参加方法：Zoom  
(パソコン、タブレット、スマートフォンで  
ご自宅からご参加ください)



▲お申込みは  
こちら

〆切：11月30日(土)

※応募いただいた方全員に12/3(火)までにご連絡します。

お問い合わせ：パルひろば☆ちば  
TEL:0120-31-8686(月～金 9:00～17:00)  
メール：palhiroba-chiba@pal.or.jp

## お米 スイッチ

## 12月パルシステム千葉で開催予定の オンライン de パルシステムのつどい



ご自宅から参加できるオンライン企画。遠くても、気になるテーマ、参加できる日時がマッチすればご応募ください！  
お申し込みは、二次元コード→パルシステム千葉ホームページから簡単にできます。会場開催もオンライン開催も、  
全センターの企画をご覧いただけます。※参加定員がある企画は、主催センター優先で抽選とさせていただきます。



悪天候や自然災害などの諸事情により、ご案内のパルシステムのつどい、1P,2P 掲載の企画が変更・中止に  
なる場合があります。あらかじめご了承ください。

	企画名	内容	開催日		セ タ ー	〆
調 理	【お魚食べよう企画】～今年のクリスマスはお魚づくし 簡単おしゃれなクリスマス料理のご紹介♪	今年のクリスマス、「お魚づくしのクリスマスメニュー」はいかがですか？簡単なのにオシャレに見えるお魚づくしのクリスマスメニューのご紹介♪	12/3 (火)	10:30～ 12:00	東	11/24 (日)
く ら し	パルシステムの石けんを使って デコパージュ石けんを作ろう♡	人にも環境にもやさしいパルシステムの石けんを使って、クリスマスデコパージュ石けんを作ってみませんか♪	12/17 (火)	13:30～ 15:00	柏	11/22 (金)

## いよいよ今月末♪ <子育てフェスタ>

◆日 時：11/30(土)10:00～14:00  
(雨天縮小開催)

◆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 147-8

◆参加費：無料

◆アクセス：北総線「千葉ニュータウン駅」南口  
徒歩 10 分  
駐車場 250 台(有料・公園利用者共有)

お問い合わせ：047-420-2605(月～金 9:00～17:00) メール：palchiba-katsudo@pal.or.jp / 組合員活動推進課

今年の「子育てフェスタ」も屋外で開催します！自然を感じながら、思いっきり遊びましょう！  
小さいお子さんも楽しめる企画をたくさん用意しています。ご家族やお友だちを誘ってみんなで遊びに来てください。



事前のお申込みは不要！  
組合員以外の方も参加できます。

## <オンライン赤ちゃんカフェ>

乾燥する季節、赤ちゃんとの暮らしに石けんを♪

赤ちゃんとの生活をきっかけに、お肌のケアや洗剤のことが気になり始めた方におすすめの企画です。石けんと市販の洗剤との違いや石けんの上手な使い方などを PLA がご紹介いたします。大掃除にもおすすめです☆

◆日時：12/4(水)10:30～12:00

◆定員：8名(応募多数の際は抽選)

◆参加費：無料 ◆参加方法：Zoom

参加者には『やっぱり石けん！洗濯用粉石けん』と『地球にやさしい手でつかう洗濯石けん』のお試しサイズをプレゼント！



お申込みは  
こちら▶

〆切：11/30(土)

※応募いただいた方全員に12/2(月)までにご連絡します。

お問い合わせ：047-420-2605 (月～金 9:00～17:00)  
palchiba-katsudo@pal.or.jp 組合員活動・コミュニティ政策推進部

## <子育てオンライン座談会>

パルのおすすめお菓子、教えて！

ママやパパのための癒し企画☆「わたしのためのお菓子」がテーマです。お菓子と飲み物をいただきながら、子育てのことやおすすめのパルシステムのお菓子についておしゃべりしませんか？

◆日時：11/22(金)10:30～12:00

◆定員：8名(応募多数の際は抽選)

◆参加費：無料 ◆参加方法：Zoom

\*参加者には事前にお菓子と飲み物をお送りします。



お申込みは  
こちら▶

〆切：11/15(金)

※応募いただいた方全員に11/18(月)までにご連絡します。

お問い合わせ：047-420-2605 (月～金 9:00～17:00)  
palchiba-katsudo@pal.or.jp 組合員活動・コミュニティ政策推進部