



会場に来てね♡ パルシステムのつどい

和食だけじゃもったいない！ 乾物を上手にアレンジした献立を紹介♪

ちょっと肌寒い日、おいしいホカホカごはんが恋しくなりますね。パルシステムのカタログでもおなじみの切り干し大根やドライパックの大豆などの商品を使い、常備菜としてもおすすめのレシピをご紹介します！毎日の食事だからこそ、たまにはていねいにだしをとってみそ汁も作ります。手間をかけた分とびっきりの味ですよ♪乾物を中心にいつもの食事の大切さについてもお伝えします。



12月つどい

開催日時：12月11日(水) 10:30~13:00(10:15から受付開始)
開催場所：パルひろば☆おたかの森(流山市おたかの森東1-3-1)
参加人数：12名
保育：あり(定員4名・要予約・4ヶ月~)
応募の際に必ず入力ください(チーパス提示で500円⇒200円)

講師：PLA 菊池さん
※切：11月22日(金) ※持ち物等詳細は当選された方に別途ご連絡します。
※応募の方全員に11月29日(金)までに当落の結果をお知らせします。



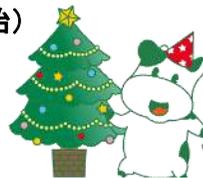
画像はイメージです

オンライン de パルシステムのつどい

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☆

毎日使う石けんだからこそ、手にやさしいものを使いたいですよね。パルシステムの『地球にやさしい手につかう洗濯石けん』は防腐剤不使用。衣類の部分洗いも、スッキリさわやかに仕上げます。今回はこの石けんを使ったクリスマスバージョンのデコパージュ石けんを作ります。飾ったあとは楽しい洗濯タイムに活用しましょう！環境にもやさしい石けんのお話もあります♪

開催日時：12月17日(火) 13:30~15:00 (13:15から受付開始)
参加人数：20名
講師：PLA 嶋澤さん
※切：11月22日(金) *詳細は当選案内にてお知らせします。
※応募の方全員に11月29日(金)までに当落の結果をお知らせします。



12月オンライン

<感染対策について>

参加者・職員のマスク着用は個人の判断となります(調理企画を除く)。予めご了承ください。引き続き、手指消毒にご協力をお願いいたします。体調が優れない場合は参加を見合わせていただくなど、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。

柏センター 地域情報紙

パルシステム千葉の組合員活動、事業、地域コミュニティにかかわる活動をお知らせする情報紙です。

発行日：2024年11月11日(月)

発行元：パルシステム千葉 柏センター(柏市若柴330)

行事のお問い合わせ、お申込みは『パルひろば☆おたかの森』でお受けします。

TEL: 0120-868-664(月~金 9時~17時) メール: kashiwa-kumikatsu@pal.or.jp (24時間)

<10月号のアンケート>

「常備菜に使いやすいおすすめの乾物」



干しいたけ。20分で戻ります。炒め物、煮物にピッタリです。戻したつゆも使います。S.Eさん

常備菜といえば切干し大根とひじきです。普段は箸休めので、お弁当用小分け容器に入れて冷凍保存。E.Hさん

ひじき・大豆。パルシステムでパックの物を販売しているので何にでも入れて栄養価を高めています。M.Iさん

我が家は切干し大根を使ってサラダを作っています。きゅうりとハムとマヨネーズ、からしを混ぜて完成です！食べ応えがあつておいしいです。M.Tさん

高野豆腐ですよ♪煮物以外にも、薄めの味付けで唐揚げにします！おみそ汁に入れるのもオススメです。N.Tさん

たくさんの回答
ありがとうございました

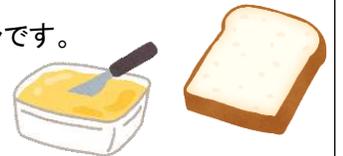


<11月号のクイズ>

「〇〇のマーガリン」米油を主原料に、風味よく仕上げたソフトタイプのマーガリンです。料理にもお菓子作りにも適しています。 ※ヒント：〇には漢字が入ります。

<11月号のアンケート>

紙面の関係上、今月はお休みさせていただきます。



<10月号のクイズの答え>

「お米スイッチ」でした。正解された方8名のうち抽選で5名の方に「やっぱり石けん！ 食器用液体石けん 300ml」をお送りします♪少量で冷たい水でも豊かに泡立ち、高い洗浄力を発揮します。毎日の食器洗いだからこそ、環境にも手肌にもやさしい石けんをぜひお試しください。



★各企画の枠内の2次元コード、またはメールでお申し込みください。
★お申込み多数の場合は抽選。ご当選の方には「参加のご案内」等を郵送でお送りします。
★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・催し等の適切な運営のために限定して利用します。

柏センター 活動スタッフ行

※切: 11月22日(金)

組合員番号

お名前

※クイズ・アンケートの答え、つどいに対するご意見 & ご要望等をお寄せください。メモ用紙などに記入の上この宛先ラベルを切り取って貼り、配送担当にお渡してください。

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、「ピークアクション 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



活動紹介
はこちら→



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

<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♪
今月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☆おたかの森(流山おたかの森駅 徒歩5分)

お問い合わせ:パルひろば☆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)

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



▲お申込みは
こちら

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	会場	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、クリスマスの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)

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。

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

<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！

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。

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