



# ★ Humming ★

ハミング 12月号

発行日：2024年 12月 9日 発行  
発行元：生活協同組合パルシステム千葉 稲毛センター  
千葉市稲毛区長沼町 337-1  
申込専用 TEL：0120-863-218 (月～金 9:00～14:30)  
※つどい以外のお問い合わせは 0120-868-014 まで  
FAX：043-216-7411 (24時間)  
MAIL：inage-kumikatsu@pal.or.jp (24時間)

対面 de パルシステムの  
つどい・1月

来て、見て、体験☆  
みんなで学ぼう！

実際にご来場いただきリアル参加型つどい♪  
皆様にお会いできるのを楽しみにお待ちしております

## お片付け講座 スッキリさせよう！キッチン&洗面所

整理がうまくいかない理由は？整理をすることで起こる良い効果とは？  
今回はよくあるお困り箇所、キッチン&洗面所編です。  
整理収納のポイントをプロから学び、お家をスッキリさせて  
心もスッキリさせましょう♪

開催日時：1月13日(月) 10:00～12:00 募集人数：16名  
開催会場：パルシステム千葉稲毛センター(千葉市稲毛区長沼町337-1) ※Pあり  
講師：家事支援事業推進課 時待さん  
持ち物：筆記用具 その他 ※当選者には後日詳細を連絡します  
保育：あり(定員2名 / 1人500円・チャージ提示で200円)  
応募〆切：12月23日(月)  
※応募いただいた方全員に 12月27日(金)迄に当落結果をお知らせします。



## 大豆ドライパックを使ってお手軽に！ ポリ袋で\*手作りみそ

日本の伝統的な発酵食品「味噌」について学び、パルシステムの「産直大豆  
ドライパック」を使って気軽に作れる簡単味噌を作ってみましょう！  
難しいイメージのある味噌作りもポリ袋でカンタンにつくれます。  
仕込んだ味噌は各自持ち帰ってご自宅で熟成してください♪

開催日時：1月15日(水) 10:30～12:00 募集人数：16名  
開催会場：ミレニアムセンター佐倉(佐倉市宮前3-3-1) ※Pあり  
講師：PLA(パルシステムライフアシスタント)鈴木雅美さん  
持ち物：筆記用具 その他 ※当選者には後日詳細を連絡します  
保育：あり(定員2名 / 1人500円・チャージ提示で200円)  
応募〆切：12月22日(日)  
※応募いただいた方全員に 12月27日(金)迄に当落結果をお知らせします。



## 稲毛センター つどい報告 11月



### 【ゆう屋】工場見学

秋晴れのバス旅、学び&美味しさで大満足♪

- ・工場の職員さんを「調理人」と呼ばれているとお話通り  
とてもいいに作業されているのが印象的でした
- ・ひとつひとつを人の手で作業する丁寧な仕事に感心！
- ・鯖の食べ比べでその美味しさが良く分かりました
- ・いっぷく堂さんで干し芋も買って大満足です



### 【彩生舎】アロマ&ハンドマッサージ

自分自身を癒す大切な時間を過ごせました

- ・アロマの効果について色々知ることができてとても面白かった！
- ・たくさん香りを選んでいるときが楽しくあつという間でした
- ・ハンドマッサージが簡単なので毎日続けてみようと思います
- ・これからふだんの暮らしの中でもアロマを取り入れてみたいです



※ 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。

※ 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活用いたします。ご本人の許可なく他の目的で使用する一切ございません。

※ 掲載の二次元コードについて、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申込みください。



## 【LPA 講座】 知って得する！源泉徴収票の見方と確定申告

いつもそのままにしまっている方こそ要チェックです！



毎年受け取る源泉徴収票、よく分からずそのままにいませんか？

実は源泉徴収票には大切な情報が満載です。所得税の計算方法が分かると、難しいと感じていた源泉徴収票の見方がスッキリ分かり、確定申告にも役立ちます！

初心者にも分かりやすい基本的な内容を LPA (ライフプラン・アドバイザー) がお伝えします。

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

◆日時:1/24(金) 10:00～12:00

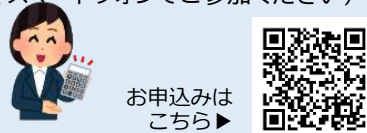
◆参加方法:オンライン Zoom  
(パソコン、タブレット、スマートフォンでご参加ください)

◆参加費:無料

◆定員:40 名程度

◆お申し込みは  
こちら▶

※応募者全員に1/17(金)までに当落結果をお知らせします。



## 海を越えてく 産直編 <Zoom で学ぼう！わたしのたべもの>

～海を越えた産直提携。「顔が見える」オリーブオイル～

パルシステムの産直産地は海外にも広がっています。海外の産地であっても、「作る人」と「食べる人」が支え合う「産直のつながり」を重視。海外産地の商品も「安全・安心」が基本です。国内同様に、海を越えても「顔の見える関係」を大切にしています。「産地限定エキストラバージンオリーブオイル」を通して、パルシステムの海外産直のこだわりを知り「わたしのたべもの」について一緒に学んでみませんか？



◆日時:1/24(金) 10:30～12:15

「オンライン」「会場視聴」参加方法が選べます

※ 会場:パルシステム千葉船橋本部会議室

◆講師:三菱食品株式会社 永井様  
日清オイリオグループ株式会社 小林様

◆参加費:無料

◆お申し込みは  
こちら▶

◆お切り:1/13(月・祝)12:00

申込み者全員に1/17(金)までにご連絡します。



お問合せ・お申し込み:産直・商品政策推進課 TEL:047-420-2604 メール palchiba-kikaku@pal.or.jp

## <千葉センター★パルシステムのつどい> 会場開催

### 試食してみませんか？パルシステム千葉の夕食宅配

忙しい方や食事作りを時短したい方、高齢の親の食事が心配というお悩みございませんか。栄養バランスを考えたお弁当があります。カタログではわからない「こだわり」や「美味しさ」をぜひお試しください♪新商品の介護食、医療食の紹介もあります。

◆日時:1/22(水)11:00～13:00

◆会場:大多喜ガスショールーム BeE キッキングスタジオ

千葉市緑区おゆみ野 3-12-1(JR 鎌取駅より徒歩 6 分 駐車場あり)

◆定員 20 名 ◆参加費無料 ◆保育なし

◆お切り:12/20(金)(TELは 17:00 まで) ◆当落の結果を 12/25(水)までに連絡します。

問合せ:0120-31-8686 パルひろば☆ちば メール:chiba-kumikatsu@pal.or.jp



▲お申し込み  
はこちら

## 【求人】パルひろば☆ちばで一緒に働きませんか

アットホームな職場です。子育てが落ち着いた方も活躍中！

未経験の方も  
大歓迎！



仕事内容:簡単な PC 作業、データ入力、広報物作成、「パルひろば☆ちば」の施設管理等  
勤務時間:13:30～17:30(実働 4h)※応相談 勤務日数:週 3～4 日(応相談)※祝日含む  
※土曜日は施設貸し出しがある場合のみ勤務

給与:時給 1,076 円～(毎年昇給あり)※祝日出勤:時給 50 円 UP※16 時以降時給 30 円 UP

お問い合わせ:047-420-2605/コミュニティ政策推進課

## お米 スイッチ

## 1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、全センターの企画がご覧いただけます。※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		センター	お切り
			開催日	時間		
食調理	ロマンティックバレンタインを演出 ♪カクテル初心者入門	ほろ酔いもノンアルも♪ロマンティックバレンタインを演出するカクテルのご提案です。パルシステム商品を使ったおすすめアバタイザーもご紹介いたします。	1/24 (金)	13:30～ 14:45	印	12/20 (金)
	♡ドキドキ♡手作りバレンタイン	今年のバレンタインは、手作り sweets を作ってみませんか。簡単で美味しいレシピをご紹介します。	1/29 (水)	10:30～ 12:00	習	12/20 (金)
くらし	一緒に学ぼう！高齢者や障がい者などの財産管理 ★会場(パルひろば☆ちば)でもご参加できます。	LPA 講座でも好評だった将来に備えた高齢者や障がい者などの財産管理について、ライフプラン・アドバイザーがポイントをわかりやすくお話しします。	1/21 (火)	13:30～ 15:30	千	12/20 (金)

## <アーカイブ配信のお知らせ> 7/26(金)習志野センター

### 「いつまでも自分の歯でおいしくご飯♡ SUNSTAR 学習会」

「全身の健康はお口から」というくらい大切な口腔衛生。オーラルケアの基礎知識や歯を失ってしまう原因と対策、全身とお口の健康の相関など…サンスターがお伝えします。歯を大切に、いつまでも自分の歯で美味しく食事をとりましょう♪



お申し込み  
はこちら▶

視聴希望の方は左の二次元コードから お申込みください。

お申込みいただいた方には、視聴用 URL を記載したリターンメールをお送りします。

※申込お切り:1/31(金)

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

クリスマス企画をします☆  
お友だちを誘って遊びにきてね♪

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:12/20(金)10:30～11:30

◆定員:8組 ◆参加費:無料

◆会場:パルひろば☆ちば  
千葉市中央区新町 18-10 第一生命ビル 1F  
(JR・京成千葉駅より徒歩5分/駐車場なし)



▲お申し込み  
はこちら

お切り:12/14(土)

※応募いただいた方全員に12/17(火)までにご連絡します。

◆日時:1/9(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)



▲お申し込み  
はこちら

お切り:1/4(土)

※応募いただいた方全員に1/7(火)までにご連絡します。

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