

# わたぼうし 1月号

組合員の皆さま

謹んで新春をお祝い申し上げます。

旧年中は大変お世話になり、誠にありがとうございました。本年も安全・安心な食材や生活用品をお届けいたします。また、つどい企画では皆さまの「暮らし課題解決」に繋がる企画を実施していきます。

今後とも宜しくお願いいたします。

松戸センター センター長 石井 努



## 親子クッキング♪ちぎいパンを作ろう！

ホットケーキミックスを生地に、具材を包んでフライパンで焼くだけの簡単ちぎいパンを作ります。中に入れる具材は当日のお楽しみ♪サラダまたはデザートもみんなで一緒に作ります。楽しい食育のお話も聞けますよ！

休日に親子で楽しいクッキング&ランチタイムはいかがですか？

**開催日時: 2月11日(火・祝) 10:30~13:00** (10:15~受付開始)

会場: まつど市民活動サポートセンター(松戸市上矢切 299-1) 2階 調理室

交通: JR・新京成線「松戸駅」西口から京成バス1番「市川駅」行き、バス停「浅間台」下車。向かい JR「市川駅」北口から京成バス1番「松戸駅」行きバス停「浅間台」下車  
※公共の交通機関をご利用ください

講師: PLA 榎本さん 参加人数: 年長以上の親子8組 参加費: 無料

保育: あり(1人500円、チーパス提示で200円)※一緒に参加はできません。

〆切: 1月24日(金)(お電話は15:30まで) 1月31日(金)までに当落の結果をお知らせします。



## パルシステムの牛乳で作る☆冬のあったかレシピ

そのままはもちろん、お料理に使ってもおいしいパルシステムの牛乳。安全性やおいしさの秘密、消費期限が短い理由などをお話します。お話を聞いた後は、冬におすすめのあったかメニューをみんなで一緒に作りましょう！パルシステムの牛乳4商品の試飲もあります。

この機会にぜひお気に入りを見つけてくださいね♪



**開催日時: 2月19日(水) 10:30~13:00** (10:15~受付開始)

会場: 松戸市民会館(松戸市松戸 1389番地の1) 102 料理教室

交通: JR常磐線・新京成線「松戸」駅下車・東口から徒歩7分 ※公共の交通機関をご利用ください

講師: PLA 内田さん 参加人数: 20名 参加費: 無料

保育: あり(1人500円、チーパス提示で200円)※一緒に参加はできません。

〆切: 1月31日(金)(お電話は15:30まで) 2月7日(金)までに当落の結果をお知らせします。



## 松戸センター 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: 2025年1月13日(月) 発行元: パルシステム千葉 松戸センター

お申込み、お問合せは、各記事の連絡先、お申込み二次元コードをご利用ください。

★お申し込みの際にお預かりした個人情報、受付名簿、連絡、会議・催し等の適切な運営のために限定して利用します。

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。ご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

## オンライン de パルシステムのつどい

### いつまでも健康な髪で ヘアケア学習会



年代や髪質ごとにある髪の毛の悩み...

パサつき、頭皮の乾燥、薄毛などなどお悩みはそれぞれです。

今回はメーカーさんから髪(頭皮)の基礎知識、正しいシャンプーの方法、頭皮マッサージなどを教えて頂きます。

今日からハリ、潤いのある健やかな髪を目指しましょう♪

サンプルで「薬用育毛剤 エステア薬用スカルプエッセンス」をお届けします。



**開催日時: 2月25日(火) 13:30~15:00** (13:15~受付開始)

講師: サンスター株式会社 参加人数: 20名 参加費: 無料

〆切: 1月31日(金)(お電話は15:30まで) 2月7日(金)までに当落の結果をお知らせします。

## つどいのお申し込み・お問い合わせはこちら

生活協同組合パルシステム千葉 松戸センター (松戸市松飛台 273-1)

TEL: 0120-861-018 (月~金 9:30~15:30)

※上記電話番号は、「わたぼうし」パルシステムのつどいの申し込み・問い合わせ専用ダイヤルです。

当落結果の連絡もこの番号からおかけいたします！

メール: matsudo-kumikatsu@pal.or.jp (24時間) 担当: 地域活動運営スタッフ

~パルシステムのつどいにお申し込みされる際には以下をお知らせください~

- ① イベント名
- ② お名前
- ③ 年代
- ④ 組合員番号
- ⑤ 日中連絡が取れる電話番号
- ⑥ 保育希望の場合はお子さんの名前(ひらがな)・性別・生年月日・保育経験の有無・オムツの有無(月齢4ヶ月のお子さんから保育をお受けします。)

※一緒にご参加希望の方がいらっしゃる場合は、お申し込み時にお知らせください。

## 【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。



## 産直ランチサミット 県別交流会 in ハート柏迎賓館

安全・安心な食べものを生産している産直産地、それを食べているパルシステム組合員である皆さんとの交流会です。  
「産直こだわりランチ」を食べながら、生産者と消費者の意見を交わしあい、楽しい時間を過ごしましょう。



- ◆日時: 3/6(木) 10:30~13:30
- ◆参加費: 500円 (昼食・コーヒー・おみやげ付)
- ◆定員: 100名 (組合員またはご家族に限ります)
- ◆切: 2/17(月) 正午

詳細は  
ホームページに



産直・商品政策推進課 palchiba-kikaku@pal.or.jp

## 【LPA 講座】知って備える！教育費と奨学金のお話

どのくらい必要か、どう準備するか知ってますか？

今どきの教育費ってどのくらい必要なの？ 学びたいこと、やりたいことは叶えてあげたいけど、どのくらいお金がかかるのかも気になりますよね。高校卒業後の進学に奨学金利用を考える方にも前もって知っておいて欲しい内容があります。新年度を控え、LPA(ライフプラン・アドバイザー)が教育資金計画や奨学金制度についてお話しします。

- ◆日時: 2/1(土) 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
- ◆切: 1/23(木)

お申込みは  
こちら▶



※応募者全員に1/24(金)までに当落結果をお知らせします。

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

## 親子平和企画 平和っていいね ~親子で調理&絵本『へいわとせんそう』~

谷川俊太郎さんが戦争と平和についてシンプルな言葉で語りかけてくる絵本『へいわとせんそう』の読み聞かせを通して、平和や日々の小さな幸せについて親子で考えてみませんか？ 読み聞かせの後は具だくさんの「すいとん」をみんなで一緒に作って試食します。「平和っていいね」を親子で実感しませんか。



- ◆日時: 2/11(火・祝) 10:30~12:30 ★参加無料
- ◆会場: パルひろば☆おたかの森(保育あり)
- ★定員: 16名 (親子参加のみ)
- ◆切: 2/3(月) \*応募多数の場合抽選
- ◆保育: あり(4名まで) 保育費: 500円 チーパス提示で 200円
- ※応募者に 2/4(火)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 palchiba-katsudo@pal.or.jp

## <子育てオンライン座談会>

子どもの自己肯定感を高める工夫、  
みんなで情報交換しましょ♪

かわいいわが子には何でもしてあげたくなる一方で、自信のある子になってほしいと願うのが親の心情。自己肯定感を高める子育ての工夫、みなでおしゃべりしませんか？

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

- ◆日時: 2/17(月) 13:30~15:00
- ◆定員: 8名 (応募多数の際は抽選)
- ◆参加費: 無料 ◆参加方法: Zoom
- \*参加者には後日、お菓子と飲み物をお送りします。

お申込みは  
こちら▶



切: 2/12(水)  
応募いただいた方全員に2/14(金)までにご連絡します

## お米 スイッチ

2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	センター	枠	
食・調理	余ったお餅で大変身！お餅を使ってスイーツを作ろう♪	お正月の余ったお餅で簡単スイーツのご紹介♪一緒に作っておやつタイムを楽しみましょう。	2/14 (金)	10:30~ 12:00	東	2/2 (日)
子ども (子育てオンライン)	ひな祭りに☆親子でカラフル押しずしを作ろう♪	ひな祭りに！牛乳パックで型を作ってひし餅風のカラフル押しずしを作ってみましょう♪親子食育のお話もあります。	2/24 (月祝)	11:15~ 12:30	柏	2/2 (日)
	おやつ選びのポイント？ 幼児が喜ぶ*簡単おやつ作り	幼児が美味しく食べられる「おやつ」の選び方を学び、簡単手作りレシピをご紹介します。	2/24 (月祝)	10:00~ 11:15	稲	2/2 (日)
メーカー	いつまでも健康な髪でヘアケア学習会	髪(頭皮)の基礎知識、正しいシャンプーの方法、頭皮マッサージなどを教えて頂きます。	2/25 (火)	13:30~ 15:00	松	1/31 (金)
セルフケア	介護を頑張るご自分にも♪ 自分を癒す・相手を癒す ハンドマッサージ	反射区を利用して全身もケアできる、ハンドケアレッスン。参加者にアロマのマッサージオイルプレゼント♪	2/26 (水)	10:00~ 11:30	印	1/24 (金)

## <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

組合員以外の方も大歓迎☆  
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: 1/30(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: 0120-868-664 (月~金 9:00~17:00)  
メール: palhiroba-ootaka@pal.or.jp パルひろば☆おたかの森

- ◆日時: 2/6(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

切: 2/1(土)  
※応募いただいた方全員に2/4(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