



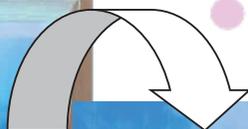
ペーパークイリング ワークショップ

+パルの上手な
使い方のおはなし

ペーパークイリングとは、紙をくるくると巻いて作るペーパーアートです。
この技術を覚えたら、色んな作品が作れちゃう！今回は、フォトスタンドに飾り付けます。ママやおばあちゃんが覚えて、お家で家族と作ってみませんか？
(プラス パルの上手な使い方のお話をさせていただきます)



素敵なフォトスタンドに
お気に入りの写真をどうぞ



これが
ペーパークイリング



日時：9月8日(火) 10:30~12:00

場所：いわきセンター みんなの交流館

参加費：200円(材料費) 募集人数：12人(抽選あり)

募集締切：8月28日(金)

***託児はありませんが、条件付きで母子同室可能です。(要相談)**

*コロナウイルス感染症拡大により、急遽ワークショップが中止となることがありますのでご了承ください。

*申込書は配達員に直接渡して頂くか、分かり易いように注文書と一緒に提出してください。

*お預かりした個人情報は、参加者の集約・詳細連絡の目的以外には使用いたしません。

きりとり

ペーパークイリング ワークショップ参加申込書

(×切：8月28日)

組合員番号： _____

お名前： _____

連絡先お電話番号： _____

お子さんを連れて参加希望の方：はい・いいえ

生ごみ堆肥の作り方 & 活用法講習会



6月開催を見送っていた「生ごみ堆肥化講習会」ですが、新型コロナウイルス感染症の対策を講じて開催することになりました。これまでは生ごみたい肥の作り方や活用の他夏野菜の育て方などもお伝えしていましたが、今回は春先に楽しめるパンジーやビオラなどの種蒔きも一緒に企画しました。講師は、環境委員で「いわき市環境アドバイザー」の先崎久美子さんと武田憲子さん。一緒に挑戦してみませんか！参加申し込みは最下段の申込書でお願いします。

日時： 9月9日(水) 13:30 ~ 15:30 (受付:13:00より)

場所： いわきセンター・みんなの交流館

参加費： 300円 (種まきの材料費を含む)

託児： 無し (託児は行いませんが、お子さんと一緒に参加は可能です)

募集人数： 15人 (密を避けるため、応募多数の場合は抽選を行います)

申込者には郵送で当落の結果を含めて連絡しますが、感染症の広がりによっては中止の場合もありますのでご了承ください。 **開催3日前までに通知が無い場合はお問い合わせください**

準備物： 筆記用具、**生ごみたい肥作りの体験希望者**は、一日分の生ごみを余裕のある密封袋(生ごみが袋の半分程度が最適)に入れてご持参ください。

申込締切： 8月28日(金)

問い合わせ： いわきセンター(フリーダイヤル 0120-460-460)組合員活動室

グリーンカーテン作品募集!

募集期間 8/15 ~ 9/25

応募方法

必要物を封筒等に入れ、いずれかの方法でご応募下さい

ご応募いただいた作品は10月以降に環境委員会で審査を行い、各賞を選定します

封筒に入れるもの

- ① 写真(カラーL版以上) 2枚以上
グリーンカーテン全体がわかるもので、成長途中と最盛期など外側から写したものを
- ② 植物の名前、グリーンカーテンの大きさ(横幅×高さ)
- ③ グリーンカーテンの効果、栽培の苦労などのコメント
- ④ 組合員番号、名前、電話番号、栽培歴 (〇年)

応募先

配送時： **いわきセンター環境委員会行き** と明記して注文書と一緒にお願いします

郵送： 〒972-8316 いわき市常磐西郷町落合278

生活協同組合パルシステム福島 いわきセンター 環境委員会宛

ご応募いただいた写真等は返却いたしません。寄せられた写真やコメントは、パルシステム福島の施設での掲示や「ぱるだより」に掲載をいたしますのであらかじめご了承ください。名前は苗字のみとします。

キリトリ

9/9(水) 生ごみ堆肥の作り方 & 活用法講習会 参加申込書 8/28 締切

お名前	組合員番号	電話番号
-----	-------	------

※申込書は配達担当者に直接渡していただくか、わかりやすいように注文書と一緒に提出してください。
※お預かりした個人情報は、参加者の集約、詳細連絡の目的以外には使用いたしません。



エコメンくんから「戻す」のお願い

カタログ・チラシ回収編



今週の注文、終〜わり♪

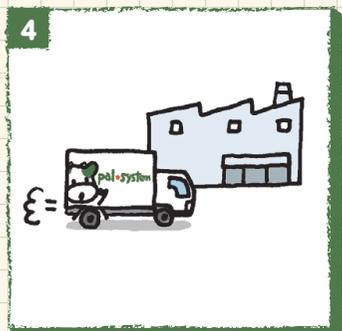


ああっ、待って! カタログや
チラシは、捨てないで!!



そうそう、正解は「通い箱に
戻す」。

※通い箱がない場合は、紙袋などでもOKです!



パルシステムのリサイクルセ
ンターや製紙工場を経て...



あなたの手元に「新しいカタ
ログ・チラシ」になって戻っ
てきます。



— 今週のまとめ —

「カタログは カタログに 生まれ変わる!」

僕、釣りが趣味なんです。釣り用語で「キャッチ&リリース（釣った魚を池に戻す）」
って言葉があるんです。実はパルシステムのカタログやチラシも同じ。

“リリース”がないと、次の印刷物が作れないんです。ぜひ、覚えてくださいね♪

パルシステム福島仲間づくりスタッフ募集！

女性が長く働ける職場です。(勤続4年～10年)が活躍しております。残業もありませんので、家事を大事にしたい方でも安心して仕事ができます。また、小さいお子さんをお持ちの方や学校行事などでののお休みや勤務時間のご相談もOKです。

○仕事内容：パルシステムのPR活動をするお仕事です。

○勤務地：パルシステム福島 福島市内 郡山市内

○出勤曜日：月曜日から金曜日(週3～4日勤務)

○勤務時間：9:00～17:00

※月～金曜日出勤。勤務日数・時間についてはご相談OKです

○時給：1,020円+報奨金+交通費

○GW、お盆、年末年始休暇あり。

●お問い合わせ 10時～17時まで

郡山センター(郡山・福島の方)

0120-972-982 島田(シマダ)



いつも楽しそうに働いている

Kさん。

商品が大好きだから、このお仕事は楽しいですよ♪とのことです。

夏野菜を【丸ごと冷凍】

野菜を美味しく冷凍保存するには、何も手を加えず【丸ごと冷凍する方法】冷凍すると野菜の細胞内の水分が膨張して組織が壊れるので、火の通りが早く、味もしみこみやすいです。

(沼津りえさん 料理家・管理栄養士 朝日新聞より)

冷凍トマトは、水に30秒～1分つけると、手で皮がむける。完熟トマトはヘタを取って押しつぶしてから冷凍すると、トマトソースが時短で出来る。



冷凍きゅうりは、冷凍庫から出したら水分が出ないうちに手早く調理。

冷凍ピーマンは、調理前に30秒ほど水に浮かべておくと、包丁でサクッと切れる。

冷凍ナスは、水に30秒～1分つけると切り易く、ナスのみずみずしさや香りも残る。

冷凍トウモロコシは、皮付きのまま冷凍庫へ。調理時に皮をむいて、水でさっと洗い丸ごと調理。

発行／生活協同組合パルシステム福島

pal*system

■いわきセンター ☎0120-460-460
〒972-8316 いわき市常磐西郷町落合278
FAX0246-43-0247

■郡山センター ☎0120-972-982
〒963-0547 郡山市喜久田町字上尾池51-6
FAX024-963-1815