



パルの冷凍野菜 Cooking教室



写真の中より4品作成いたします

パルシステムの冷凍の野菜は、美味しくって便利なのをご存知ですか？
一度使ったら便利なので、つい冷凍庫に常備してしまうこと間違いなし！
面倒だと感じる朝のお弁当作りのアイデアも教えてもらえるかもしれません♪

日時：11月12日(木) 10時から12時

場所：郡山センター

託児：ありません

***申し訳ありませんが、調理の為 お子様を背負っての参加もお断りいたします**

参加費：300円

参加メ切：10月30日(金)

募集人数：8名(募集多数の場合抽選があります)

持ち物：エフロン・三角巾・マスク・筆記用具

メニュー：コーン入りチキンナゲット、ほうれん草の海苔・シラス和え、ほうれん草のナムル、ポーチドエッグとミックスベジタブルのコンソメスープ、3種のベリーミックスゼリー

*コロナウイルス感染症拡大により、急遽セミナー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、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。

キリトリ

パルの冷凍野菜 cooking 教室参加申込書

締切：10月30日(金)

組合員番号

お名前

連絡先電話番号

2020年10月

郡山組合員活動報告

委員会活動を再開しました！

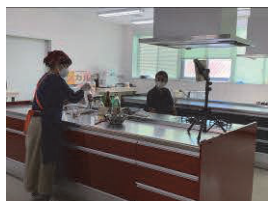
ご参加をお待ちしております！

郡山センターでは、9月9日（水）秋のエリア・専門委員会総会を開催しました。コロナ禍におけるパルシステムの現況、これからの組合員活動の進め方や開催にあたっての注意点などの報告がありました。また、7月より各委員会の定例会が再開し、10月企画からのご案内が出来るようになりました。参加者の皆さまには、①検温（体温37度未満で参加可）②咳エチケット（マスク持参&着用）③手の消毒をお願いします。スタッフは企画中、3密にならないように配慮しながら準備をしてご案内いたしますので、ご協力をお願いします。感染拡大により参加する皆さまの安全が懸念される場合は、直前にやむを得ず中止となる場合もありますが、興味のある方は是非ご参加ください。お申込み方法など詳しくは、毎週発行の『ぱるだより』やパルシステム福島の公式ホームページをご覧ください。

【10月・11月開催予定】

開催日	企画名	募集人数	企画（委員会名）
10/21（水）	フリー開放	親子5組	たすけあい活動
10/27（火）	アロママスクスプレー作り	15名	パルくらし委員会
10/30（金）	Zoomをしながらカフェ気分！	10名	わいわいクラブ
11/5（木）	Let's ハピママ Meeting	15名	たすけあい活動
11/12（木）	パルの冷凍野菜 Cooking 教室	8名	産直委員会
11/13（金）	おいでよパル石けん学習会（福島市）	16名	PLA
11/20（金）	アドベントカレンダーづくり	12名	パルくらし委員会
11/24（火）	毛糸でポンポンづくり&スープでほっこり	12名	のほほ〜ん
11/30（月）	産地とつながろう（JA会津よつば）	Zoom	パルシステム
12/1（火）	本田よう一先生のお料理教室	12名	コヨット！

☆9月30日（水）開催のおいでよパル「我が家の副菜 万能たれで七変化！」の様子☆



調理はZoomで撮影→スクリーンに反映！



密を避けて！



万能たれの試食！

訂正とお詫び



前回（ばるだより 548 号）で掲載いたしました【パルシステム福島 理事のお仕事後編】に誤りがありましたので、訂正し関係者にお詫び申し上げます。

2020 年度 いわき市関連

・いわき市廃棄物減量等推進委員・いわき市環境審議会委員（池端）

⇒（正）いわき市廃棄物減量等推進審議会委員（池端）

いわき市環境審議会委員は環境委員会の武田憲子さんをお願いしています。

パルシステム福島 仲間づくりスタッフ募集！

パルシステムの商品が好きな方！小さいお子さんをお持ちの方！

家事を大事にしたい方！

残業なし、学校行事などのお休みや勤務時間のご相談も可能なパルシステムで、一緒に働いてみませんか？ ご応募お待ちしております！！

○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：福島市内 郡山市内 いわき市内

○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（残業無し）

※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

○その他：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)

いわきセンター（いわき市の方）0120-460-460 新妻(ニイツマ)

組合員活動室からご案内

コロナ禍で出来る組合員活動

- ①パルシステムの商品を使って作る、組合員さんの投稿
- ②商品モニターさんの投稿
- ③理事や組合員活動室のスタッフの料理等をアップしています。

一度覗いてみてください！

palsystemfukushimaevent

【イベントの様子】



palsystemfukushima

【お料理画像】





2020年度 第1回
「ほんもの実感！」くらしづくりアクション連続講座 企画
『選ぶ』で変わる地球の未来



～プラスチック削減の実践～

現在、多くのプラスチックがリサイクルや焼却処理されずに、環境中に廃棄されています。世界でも海洋プラスチックは大きな問題となっており、5mm以下のマイクロプラスチックが生態系に入り込むリスクが報告されています。地球全体で、プラスチックの総量を減らしていくことが重要となっています。

パルシステムでは、環境負荷軽減の観点から、プラスチックを総じて減らしていくとともに、安全で安心な商品をお届けするために、製造メーカーとともに取り組んできました。19年度の開催に続き今年度も、プラスチック削減の取り組みをお伝えするとともに、一緒にプラスチック削減について考えていきたいと考えます。

【日 時】 2020年11月10日(火) 14:00～16:00(予定)

【場 所】 いわきセンター みんなの交流館 2階
郡山センター キッチンスタジオ

【申し込み締め切り】 10月30日(金)

【内 容】 株式会社ニチレイ、カゴメ株式会社、富士山の銘水株式会社
による、プラスチック削減の実践報告と、パルシステム「プラスチック排出総量削減」
の取り組みについて



海洋プラスチックやゴミが
打ち上げられた海

*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、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。

切り取り

「ほんもの実感！」くらしづくりアクション連続講座 参加申込書

10月30日締め切り

組合員番号	氏名	連絡先 TEL 番号
希望会場	<input type="checkbox"/> いわきセンター みんなの交流館 <input type="checkbox"/> 郡山センター キッチンスタジオ	

発行 / 生活協同組合パルシステム福島

pal*system
生協パルシステム福島

■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