



ぱるだより

No.567 (2021.2.22)



Zoom

# 話題のZoomに挑戦！

Zoom

## Zoom使い方教室・写真映えするカメラの撮り方教室

最近よく耳にする Zoom (ズーム) コロナ禍では大変役に立つ機能です。ご自身のスマホやパソコンから Zoom という機能を使って、遠く離れた生産者やメーカーと交流が出来てしまう。家にいながら商品の学習が出来ちゃう便利さ。会えない友人にも画面越しに会うことが出来ちゃう。そんな便利を手に入れませんか？Zoom を覚えたら、4 月からはお家でも組合員活動に参加できます。また、写真が映えるカメラの使い方も教えていただきます。素敵な写真を撮って、家族や友人に自慢しちゃいましょう！！



開催日：3 月 15 日 (月) 10 : 00 ~ 11 : 30

場 所：いわきセンター みんなの交流館

募集人数：20 名 (応募者多数の場合 抽選があります)

参加費：無料 託児：ありません (要相談)

問い合わせ：0 1 2 0 - 4 6 0 - 4 6 0 (組合員活動室)

\*コロナ感染症拡大により、企画が延期または中止になる場合がありますのでご了承ください。

\*申込用紙は、配達職員に手渡すか注文書と一緒に分かり易いように提出してください。

\*お預かりした個人情報は、参加集約及び詳細連絡の目的以外は使用いたしません。

き り と り

話題の Zoom に挑戦！参加申込書

3 月 5 日 〆切

組合員番号： \_\_\_\_\_

お名前： \_\_\_\_\_

連絡先： \_\_\_\_\_

## パルシステム福島からお知らせ

パルシステムの「インフォーマルサービス」の学習会で「フレイル」について学びました。フレイルとは、健康な状態と要介護状態の中間に位置し、身体的機能や認知機能の低下が見られる状態のことを指します。新型コロナウイルス感染症が流行して、今までの様になかなかお友達と会ったりするのも難しくなって、家に閉じこもってばかりの生活になっていませんか？コロナのせいで、知らず知らずのうちに筋力が減ってしまったり、食欲がなくなったり、家から外に出るのが億劫になったり・・・飯島勝矢教授のグループが、そんな皆さんのおうち時間を楽しく過ごす知恵をまとめたガイドブックを作成いたしました。

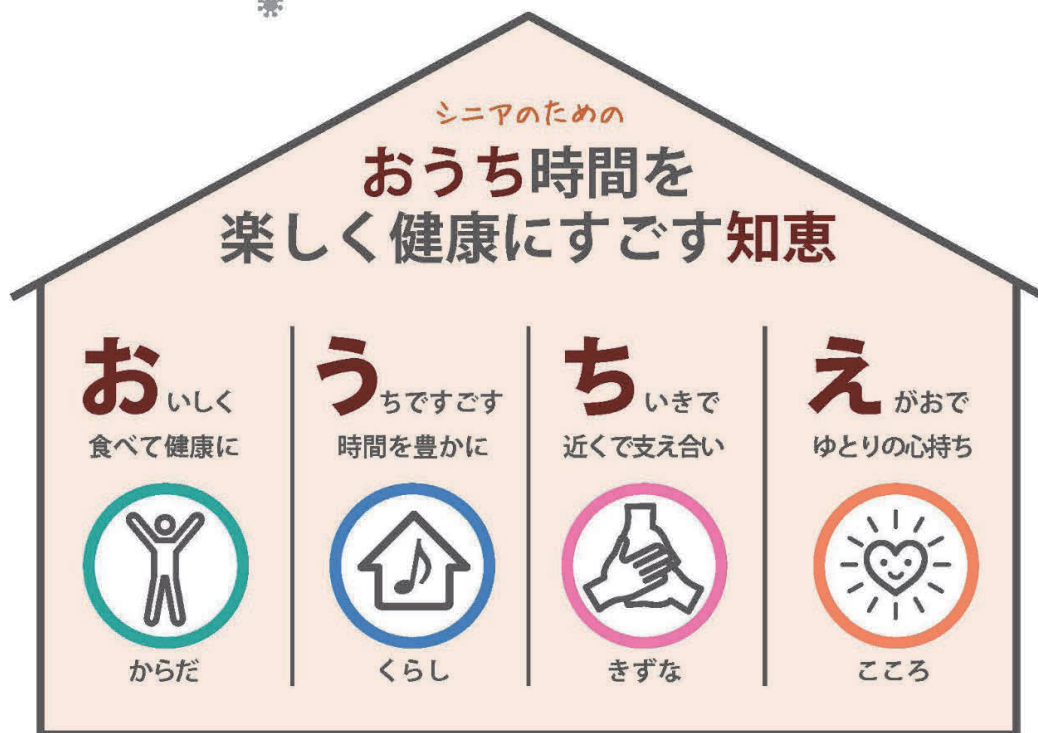
インターネットが使える方は、<http://www.iog.u-tokyo.ac.jp/?p=4844>

または、右のQRコードから読み取ってください。

見たいけれどネットが苦手な方は、パルシステムで印刷したものをお渡しいたします。下の申込書にご記入の上、注文書と一緒に配達員にお渡しください。



## 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) に負けない！



### きりとり 「おうちえ」ガイドブック申込書

組合員番号： \_\_\_\_\_ お名前： \_\_\_\_\_

お電話番号： \_\_\_\_\_

有機野菜を作る作業は大変じゃないですか？

有機しか知らないのだから雑草取りは当たり前の普通の作業なのです。

大変なのかもしれないけど、作物を育てるってこんな感じかなと思ってやっています。

## コアフード・キャラバン第3弾（野菜編）学習会 報告

### 株式会社ファーマン（コアフード玉ねぎ・にんにく・七草セットを供給）

井上代表は高校卒業後有機栽培を学び、2017年に山梨県に（株）ファーマンを設立した。

“ファーマンって？・・・ファーム（農場）のファ-と

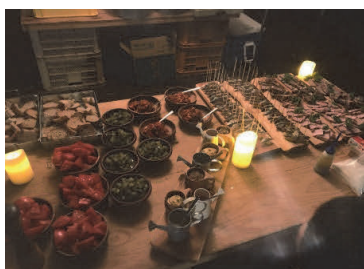
スーパーマン、ウルトラマンのマンを付けたかった“

農業を子供たちの憧れの職業にしたい・・・農場男です。

井上代表 41歳を始め18歳～41歳までの8～10名の若いスタッフが担い手となっている。

場所は八ヶ岳の麓で南アルプスの天然水などの水資源も豊富で、冷涼で昼夜の寒暖差朝露、霧などが美味しい野菜を育てるとても良い環境に位置する。

耕作放棄地を開墾し（山梨は耕作放棄地が多い）ハウスを作り農産物の生産から農業教育として保育園で畑を作り、収穫し、野菜は給食で提供。農業体験などの交流会や、グランピング施設を開設し、収穫した農産物でのマリアージュ形式のフレンチやジビエ料理を提供。また、廃校した学校を借り、宿泊施設や飲食施設の他に、体育館をクライミング施設に改造するなど農業を生かしながら、地域の活性化にも取り組む。



玉ねぎ農場をひまわり畑とグランピングキャンプ施設に！  
10月から6月までは玉ねぎを育て、6月中旬からひまわり畑となりその中にグランピングテントを設置し9月末までグランピングを開設する。玉ねぎ畑を人が踏むことによって良い転圧効果となる。また有機畑に入ることによって有機を学ぶことに繋がる。

百姓は100個の仕事が出来ること

だから、まずは農業生産から、そしてそれを生かしながら新たな仕事を作り上げる。

これからもチャレンジと行動から未来へ繋げたい。

生産者と消費者は相互理解が大切。パルスシステムとの関係はそれが組合員との交流で良好な関係を作ることが出来る。もっともっとキャッチボールがしたいと代表は話す。



**若い代表と若いスタッフが担う楽しむ農業！ファーマンに行ってみたくになりました！**



## 笑顔のトークリレー ～今できること～

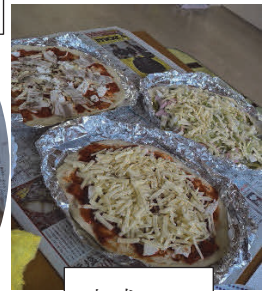


### 第4弾

今回の担当は、PLAの影山祐子です。私は、郡山のわいわいクラブにも属しており、福島県連のコヨットのスタッフでもあります。今は、コロナの影響でコヨットも思うように活動が出来ず、寂しがっている方もおられると思います。もう暫くお待ちくださいね。

私ごとですが、日曜日は同居している孫とピザ作りを行いました。お菓子作りが好きな小学三年生の孫は、パルシステムのホットケーキミックスで時々クッキーを作り、友だちにプレゼントしています。子どもは順応性が高いので、コロナで外食や外出も減りお家時間が増えても、上手に時間を使っていると感心してしまいます。皆様のご家庭はどうでしょうか？ただ、今年はコロナの影響で味噌づくりができないとガッカリしていましたが、パルシステム福島のホームページでも、大豆ドライパックを使った簡単な味噌づくりをPLAが試したものを掲載しております。味噌は一年中作れますので、後日記事になりますのでお見逃しなく！

強力粉で生地を作り、好きな具材をトッピング♪



完成！！



子供たちの未来のために  
安全安心なでんきを！

**パルシステム  
でんき**

豪雨  
災害

大型  
台風

猛暑

5歳の子が語る  
パルシステム  
でんきは？  
YouTubeを  
是非ご覧ください



再生可能エネルギーの普及を目指します。

風力 発電	バイオマス 発電	太陽光 発電	小水力 発電	地熱 発電
----------	-------------	-----------	-----------	----------

**只今、切り替えキャンペーン実施中!!**

「検針票」をお預かりしてパルシステムでんきに切り替えた時の試算を行っています。配達時に担当者へお渡し願います。

**パルシステムでんきQ&A**

Q わたしの家は切り替えできるのかしら？

A 大手電力会社（東北電力）の「従量電灯B」または「従量電灯C」のご契約であれば切り替えできます。それ以外のご契約の場合は、一度ご相談ください。

Q 手続きは面倒じゃないの？

A 申込書に必要事項を記入して配送担当者に出すだけ。Webからも申し込みいただけます。現在の電力会社に解約の連絡をする必要もございません。

Q 切り替えて停電が増えたりしないですか？

A 電力を小売する会社が変わっても、送電線を管理する会社は変わらず、電線や電柱など、これまでの電気を届ける施設も一切変わらないので何も変わりません。停電が増えることはございません。

発行 / 生活協同組合パルシステム福島

pal\*system  
生活パルシステム福島

■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