



# ぱるだより

No.700 (2023.10.9)



## イベント開催 申込募集

10月20日(金)  
申込締切

もっといい明日へ  
お米で  
超えてく

お問合せ先: いわきセンター 0120-460-460  
郡山センター 0120-972-982

### 来て! 見て! 食べて! ミニミニ商品試食会

参加費: 無料

実際に手に取って、食べてみて商品を感じられる試食会です。定番の商品から、おすすめの商品の試食や、商品の使い方をお伝え致します。商品の疑問やパルシステムの使い方などスタッフが丁寧に答え致します。是非! お友達と...

日時: 10月31日(火)  
10:00~11:30

場所: 福島市働く婦人の家

募集人数: 20名 ゲスト可

お子さま連れOK

託児なし

応募者多数の場合は抽選あり



※試食食材はイメージです

### はみ DELI おにぎり教室

参加費: 組合員 1人 300円  
非組合員 1人 500円

はみ(はみ出るほどの)DELI(おいしい具材)を挟んでボリューム満点のおにぎりを作ります。具材の味を引き立てるパルのおいしい新米を味わってみませんか?

日時: 11月1日(水)  
10:00~12:00

場所: 郡山センター

募集人数: 12名 ゲスト可 託児有り

応募者多数の場合は抽選あり

持ち物: エプロン・三角巾

持ち帰り容器 パルくらし委員会企画



※写真はイメージです

### 天空の里山で コットン収穫とワークショップ

参加費: 1家族 500円

天空の里山で、コットン収穫体験とコットンを使った糸つむぎ体験やものづくりを行います。石窯で作ったピザも食べられます。自然あふれる地でなかなかできない体験ができます。

日時: 11月5日(日)  
10:00~12:00

場所: いわき市四倉町 天空の里山

※参加者確定後に地図をお送りします

募集人数: 10家族 ゲスト不可 託児なし

応募者多数の場合は抽選あり

組合員活動推進室企画



Google フォームで  
簡単申込はこちら↑



※託児について(ゲスト不可) 1名 300円  
生後4ヶ月以上首がすわったお子さま

\* お預かりした個人情報は、参加者集約・詳細の連絡以外に使用いたしません。  
参加者全員のお名前を記入してください  
\* 申込用紙は配送担当者に直接渡していただくか、分かりやすいように注文用紙と一緒に提出ください。

キリトリ

10月4回イベント申込書

申込締切 10月20日(金)

組合員番号	お名前
電話番号	ご家族お名前(お子さまは年齢も記載してください) 才
ゲストお名前	ゲストご家族お名前(お子さまは年齢も記載してください) 才 ヶ月
参加企画	<input type="checkbox"/> ミニミニ商品試食会 <input type="checkbox"/> はみ DELI おにぎり <input type="checkbox"/> 天空の里山
託児希望お子さまと月齢(はみ DELI おにぎり教室のみ)	才 ヶ月



簡単 WEB  
申込はこちら

# ● パルくる便にオススメの商品 ●

10月1回～10月4回までにパルくる便に登録すると、登録商品が対象期間中のお届けで  
**10%OFF**(酒類は5%off)の価格になるキャンペーン中!この機会にパルくる便に登録しましょう+



## いわて奥中山低温殺菌牛乳

毎週 093211 隔週 083216

自然な風味、上品な甘みは低温殺菌ならではの美味しさです!朝のお供はもちろん、シチューなどにも



## あらびきポークウイナー(ベアパック)

毎週 098728 隔週 088722

国産豚肉を使用。肉のうま味を生かしたジューシーなウイナー!朝ごはんやタご飯のメインにも♪



## 産直豚カタ・モモ切落とし

毎週 095117 隔週 085111

あっさりした味わいで、くさがりなく食べやすい豚肉です!炒め物や煮物などがあると便利な1品!



## 産直たまご白玉 10個

毎週 091511 隔週 081515

くさがりが少なく、甘味ある黄身が特徴。どんな料理にも大活躍する定番食材だからこそ登録を♪



## 国産小麦のもっちり食パン 8枚

毎週 093262 隔週 083267

国産小麦使用。自社製湯種と発酵種を配合したもっちり食感の食パン。朝ごはんやサンドイッチに。



## 麒麟淡麗グリーンラベル 6缶×4

毎週 099538 隔週 089532

4週に1回 079537

毎日飲む、重いお酒は配送を!  
 お酒は10種類程の取り扱いがあります

超えてく

## みんなのお楽しみコーナー パルふくひろば



## 10月4回今回のテーマ

\*お預かりした個人情報、参加者の集約・詳細の連絡以外に使用いたしません。  
 \*応募用紙は配達担当者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。



## 部活動の思い出



スポーツの秋、芸術の秋、読書の秋…

みなさんの部活動の思い出を教えてください!

辛かったこと、楽しかったこと、印象に残った

ことなどなど。お子さんの部活動のお話でも OK ✨

たくさんのご応募お待ちしております♪



ご応募はこちら↑



採用された方に3名様に  
 花見糖をプレゼント!

★応募方法 QR・または用紙応募 応募企画名: 今回のテーマ・内容を記入し投稿してください

部活動の思い出応募用紙

締切 10月20日(金)

キリトリ

組合員番号	お名前	電話番号
部活動の思い出		

## 和風だしの素かつお風味 6g×24

あったかい汁物やお鍋、煮物など秋冬に大活躍する  
和風だしの素。遠赤外線加工や凍結粉末を使用するなど  
こだわりぬいたかつお節を使用しています。

1本でみそ汁約4杯分！

化学調味料  
不使用

酵母エキス  
魚醤で  
コクをプラス

鹿児島県  
枕崎の  
かつお節を  
使用

使いやすく  
衛生的な  
スティック  
タイプ

炒め物、卵焼き、煮物、てんぷらの衣などにも♪

クチコミ  
★4.4



出汁には手をかけたいけど時間もないし…  
と思っている時に会いました！  
化学調味料不使用で自然な材料だけの  
出汁は罪悪感もなく満足感があります。



かつおの風味をしっかり感じられる  
美味しいだしの素です。  
これからの季節は汁物や炊き込みごはん  
など増えるので大活躍間違いなしですね。



### ★商品委員会オススメ商品紹介★

## 産直米の鶏めしおにぎり

398 円(税込 430 円)

コトコト 153 キナリ 568

トレイを切り離してレンジで  
温めができるので便利♪  
ちょっと小腹が空いたときに

ちょうどいいサイズ♪



具材がしっかりしているので  
満足感があります♪  
ごぼうの風味が良いです！



にぎり感も丁度よく、  
ごはんがふっくらです！  
冷めても美味しいので  
お弁当にもオススメ♡



お茶づけにしても♪  
味がしっかりついているので  
出汁は薄味で十分！



調理例



もっといい明日へ  
お米で  
超えてく



# イベント・活動報告



9/4(月) いわき  
「ばるフレンドパーク」  
リピーターの方に参加いただきました。防災の日の次の日だった為、防災リュック作りや3.11の時の話、備蓄品の話をしました。



9/6(水) 郡山  
「はじめての刺繍教室」  
4種類のステッチを練習し、小花柄とリボン柄を刺繍しました。作品はくるみボタンに仕上げてバッジや髪留めに使えるように加工しました。



9/11(月) 白河  
「フライパンでちぎりパン教室」  
材料をまぜてフライパンでパンが作れる簡単レシピをお伝え♪他にもパン粉で作るフレンチトーストも作りました。親子参加もあり、楽しい料理教室になりました。



9/14(木) いわき  
「超えアイテム学習会 餃子にしよう」  
実際に三菱食品さん、テーブルマークさんにお越しいただき、人気冷凍食品「餃子にしよう」のこだわりや工場見学動画、調理、試食を行いました。



9/16(土) 郡山  
「マルチスポーツ体験」  
福島スポーツアカデミーから講師をお迎えし、足が速くなる方法を学びました。子ども達が体験している間に、保護者にはボリュームランチを作っていました。



9/16(土) いわき  
「水辺の観察会」  
いわき市小川の水質調査と観察を行い、川をきれいにする大切さを学びました。水辺の生き物の多さにびっくり!水質調査が実験のように楽しかった。と感想を頂きました。



## ❀ 託児があるイベントです ❀

いわき・郡山会場は託児があるイベントが多くあります😊絵本やおもちゃ、室内遊具なども揃っていますよ♪育児の息抜き、気分転換に是非ご参加ください♪



## 環境委員会による 2023 年 10 月・11 月の「食品の放射能測定」の受付について

事前申し込み無しで測定を受け付けています。山菜や家庭菜園の収穫物を安心して食べるためにご活用ください。(庭や畑の土も測定を受け付けています。)

- 測定日 2023 年 10 月 14 日(土)、11 月 11 日(土)※平日はいわき市で行っている測定をご利用ください。 ●受付時間 9:30~11:00
- 測定場所 パルシステム福島 いわきセンター●測定方法 ①ベクレルモニター(AT1320A) 刻んだ状態で測定 ②セシウムチェッカー そのままの形で測定
- 測定する品の配達当者受付はしません。測定する品物は、泥を洗い、乾いた状態で持ってきてください。

※ひとり 1 回 3 品以内をお願いします。 ※①は 1kg 程度②は 2kg 程度が最良ですが、それ以下でも測定可能。

※受付順に測定を行います。混雑状況にもよりますが、測定に立ち合い、持ち帰りが可能です。

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 発行者:島田 新二

■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 発行者:佐藤 紀彰