



ぱるだより

No.705 (2023.11.13)



もう一回
おで
超えてく

イベント開催 申込募集

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

11月24日(金)
申込締切

ハンド・イン・ハンド

unicef HandInHand

ユニセフへいわ企画
参加費無料



今年のスローガン「すべての子どもに予防接種を～
今、子どもたちの命を守る行動を」
世界の子どもたちのしあわせと明るい未来の実現のために、
街頭募金への呼びかけのご協力、または皆さまからの募金
のご協力をお願い致します。

- ★呼びかけボランティアのご協力→交通費は個人負担でお願い致します。少しのお時間でも構いません。当日の気候に合った服装で、時間内に開催場所にお越しください。
- ★募金のご協力→イベント時などに配布したファミリーボックスで貯めていた方や、お家にある小銭などの浄財をお寄せ頂けると嬉しいです。

Google フォームで
簡単申込はこちら→



日時: 12月3日(日)
11:00～14:00
場所: いわき市鹿島ショッピング
センター エブリア
南側出入口やその他出入口

申込不要! 時間内にお越しください

★当日スタッフはユニセフの水色の服
を着ています。お声かけください。

ぱるフレンドパーク+プラス タッピングタッチ体験と アートワークショップ

参加費: 無料

子育て世代の交流の場!
リピーターさんも大歓迎!
タッピングタッチとは、
お互いにゆっくり、やさしく丁寧に
左右交互にタッチするケア方法。
ケアをし合うことの楽しさや大切さを
気づかせてくれます。
リラックスした後は親子でアート作品
作り!
気づかずにいる心の内は...



たすけあい活動助成金・
ぱるっ子クラブ企画

日時: 12月5日(火)
10:00～11:30
場所: いわきみんなの交流館
募集人数: 10組 20名 ゲスト可
対象年齢: 0才～小学生親子
講師: 有賀 直美氏(臨床心理士)

※イラストはイメージです

妙子ママと作る クリスマスパーティーメニュー

参加費: 組合員 1人 300円
非組合員 1人 500円

料理研究家の間庭妙子さんをお迎えしてクリスマスに
ぴったりのお料理教室を開催します。
キッシュや裏巻きロール、デザートなどなど・・・
テーブルが華やかメニューを作りましょう。



※写真とイラストはイメージです

パルくらし企画

日時: 12月6日(水)
10:00～12:00
場所: 郡山センター
募集人数: 12人 ゲスト可
託児あり
応募者多数の場合は抽選あり
持ち物: エプロン・三角巾
講師: 間庭 妙子氏(料理研究家)

【お詫び】11月1回ぱるだより 101商品「さばの味噌煮(骨取り)」の記載値段に間違いがございました。
正しくは568円(税込613円)になります。ご迷惑をおかけいたしましたして誠に申し訳ございません
でした。今後ともパルシステム福島をよろしくお願い致します。



住宅ローンセミナー

参加費：1人100円(資料代)

住宅資金は人生の3大資金の一つとされています。
住宅ローンの基本的な知識があれば、銀行・住宅
メーカーの提案がベストなのか
検討することが可能です。



住宅取得を考えている方「必見」
必ず役に立つセミナーです。

ライフプラン委員会企画

Google フォームで
簡単申込はこちら→

日時： 12月6日(水)
10:00~12:00
場所： いわきみんなの交流館
募集人数：20人 ゲスト可
託児あり
応募者多数の場合は抽選あり
講師： 飯塚 智美
(ファイナンシャル・プランナー)

“野菜たっぷり”で 風邪に負けない身体作り 料理教室

参加費：組合員1人300円
非組合員1人500円

●MENU●

キャロットベーグル
野菜たっぷりの付け合わせ
根菜ポタージュ 他

手作りベーグルと
たっぷり野菜で
免疫力UP!

※写真とイラストは
イメージです



小名浜エリア企画

日時： 12月7日(木)
10:00~12:30
場所： いわきみんなの交流館
募集人数：15人 ゲスト可
託児あり
応募者多数の場合は抽選あり
持ち物： エプロン・三角巾

※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ご提出ください。

11月24日(金)
申込締切

キリトリ

11月5回イベント申込書

申込締切 11月24日(金)

組合員番号	お名前		
電話番号	お子さまおなまえと年齢	オ	ヶ月
ゲストお名前	ゲストお子さまおなまえと年齢	オ	ヶ月
託児希望お子さまのおなまえと月齢		オ	ヶ月
参加イベント	☐ ぱるフレンドパーク+タッピングタッチ体験とアートショップ(いわき) ☐ 妙子ママと作るクリスマスパーティーメニュー(郡山) ☐ 住宅ローンセミナー(いわき) ☐ 野菜たっぷりで風邪に負けない身体作り料理教室(いわき)		

複数回答可



簡単WEB
申込はこちら

超えアイテム学習会 日東富士製粉 ホットケーキミックスを知ろう！

参加費：組合員 1 人 300 円
非組合員 1 人 500 円

パルシステムの人気商品、「産直小麦のホットケーキミックス」の学習と調理を行います。
ふんわりパンケーキの焼き方や、市販との食べ比べをお伝え♪産直小麦のホットケーキミックスを使ったアレンジレシピ、フォンダンショコラの試食もごさいます。
是非ご応募ください♪



組合員活動推進室企画

Google フォームで
簡単申込はこちら→



日時： 12月8日（金）
10：00～12：30
場所： いわきみんなの交流館
募集人数： 15 名 ゲスト可
託児あり
応募者多数の場合は抽選あり
持ち物： エプロン・三角巾
講師： 日東富士製粉

おいでよパル 食事で応援！ 「がっつり飯」料理教室

参加費：組合員 1 人 300 円
非組合員 1 人 500 円

毎日、頑張っている子どもの応援飯！
簡単にボリュームのある「ビビンバ」や、冬野菜を使って体を温める「鯖缶のじゃがバターカレースープ」の料理教室です。作り置きして、子どもが一人でもサッと用意できるそんな料理です。
みなさんのご応募お待ちしております～♪



がんばれ
受験生！

※写真はイメージです

PLA 企画

日時： 12月9日（土）
10：00～12：30
場所： いわきみんなの交流館
福島市 働く婦人の家
募集人数： いわき 10 名 託児あり
福島 8 名 託児なし
ゲスト可
応募者多数の場合は抽選あり
持ち物： エプロン・三角巾

わいわい クリスマスパーティー2023

参加費：大人も子ども 1 人 300 円

クリスマスも郡山センターに集まれ～♪
クリスマスにぴったりの工作をしたり、元気に体を動かしたり、楽しいことが盛りだくさん。おいしいランチも一緒に★今年もサンタさんが会いに来てくれるみたいですよ★みんなで楽しい時間を過ごしましょう♪



わいわいクラブ企画

日時： 12月11日（月）
10：00～12：00
場所： 郡山センター
募集： 未就園児の親子
ゲスト可 託児なし
応募者多数の場合は抽選あり



サンタさんからのプレゼント付き♪

※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ご提出ください。

11月24日(金)
申込締切

11月5回イベント申込書

キリトリ

申込締切 11月24日(金)

組合員番号	お名前
電話番号	お子さまおなまえと年齢 オ ヶ月
ゲストお名前	ゲストお子さまおなまえと年齢 オ ヶ月
託児希望お子さまとおなまえ	オ ヶ月
参加イベント	☐ ホットケーキミックスを知ろう(いわき)
複数回答可	☐ 食事で応援がっつり飯(☐ いわき ☐ 福島) ☐ クリスマスパティー(郡山)



簡単 WEB
申込はこちら

コトコ・きなり きなりセレクト

101

24ページで紹介

11月5回企画

1,148円
(税込1,240円)

特別
価格



ニハそば 200g×4

国産のそば粉と小麦粉で作った8割そば。
岩手県産のそば粉と岩手県産の小麦粉を
使用しました。伝統的な石臼焼きで、
そばの香りが楽しめます。

香りや食感の良さを味わうためにそば粉
を8割、麺を切れにくく仕上げるために
小麦粉を2割。つるりとしたのど越しが
楽しめる絶妙のバランスです。

乾麺とは思えないほど、香り豊かで
鮮度もよく、挽きたての粉で打ったそば
ならではのおいしさがあります。



グリーンカーテン 入賞者発表

よく観察したで賞★ I様



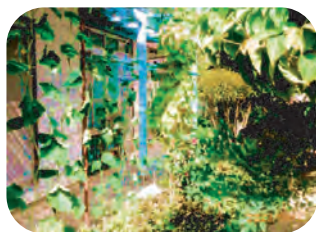
目にさわやかで賞★ H様



効果抜群で賞★ A様



ニャンて涼しいんで賞★ M様



よく実ったで賞★ M様

ご応募いただきありがとうございます。
入賞された方には後日
賞品をお届けいたします！

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
〒963-0551 郡山市喜久田町字上尾池51-6
FAX024-963-1815 発行者：佐藤 紀彰