パルシステム福島
ぱるだより
No.716（2024.3.18）

パルシステム福島 ホームページ　パルシステム公式 YouTube　パルシステム公式 X（旧Twitter）

公示

第 70 回通常総代会開催のお知らせ

2024 年 3 月 18 日
生活協同組合パルシステム福島
理事長　　池端美雪

生活協同組合パルシステム福島　定款第 50 条に基づき、第 70 回通常総代会を下記の要領で開催致します。

記

1．開催日時　　2024 年 6 月 12 日（水）午前 10：00
2．開催場所　　ホテルハワイアンズコンベンションホール
　　いわき市常磐藤原町蕨平 50
3．議　題
第 1 号議案　2023 年度事業活動報告、決算報告、剰余金処分案承認及び監査報告の件
第 2 号議案　2024 年度事業活動方針案並びに予算案承認の件
第 3 号議案　役員報酬上限額決定の件

以上

公示

総代選挙公示

生活協同組合パルシステム福島
総代選挙管理委員会　委員長 岩倉　節子

生活協同組合パルシステム福島の総代会候補者を、定款 45 条、総代選挙規約第 5 条に基づき、公示します。定款第 45 条：総代は総代選挙規約の定めるところにより、組合員のうちから選挙する。総代選挙規約第 5 条：管理委員長は、総代会の会日の 30 日前までに、以下の事項について公示しなければならない。

1 項　　選挙区及び選挙区ごとの定数
2 項　　候補者登録の受付期間及び受付方法

総代定数　　105 名
地区別定数：平・中央台地区　22　、常磐・内郷地区　12　、郡山地区　22
小名浜・泉地区 14　、勿来・植田・錦地区 9　、相双地区 1　全体区　25

総代の選出について

1. 総代に立候補される組合員は、2024 年 3 月 18 日（月）から 4 月 18 日（木）17：00 までに生協へお申し出て下さい。（但し、2024 年 2 月末日の組合員名簿に登録されている組合員とします。）
2. 組合員は自由に立候補し、又は候補者を推薦できます。公示手続き後、当選が確定します。
3. 当選した総代は、必ず総代会に出席し、総代会議案の討議、決定に参加します。
4. 総代は、総代会で決まったことを地域の組合員に伝え、エリア委員会などの活動で出された組合員の声や要望を生協の事業運営に反映させます。
5. 総代の任期は翌年の総代選出までの 1 年間です。再選は妨げません。

総代ってな～に？

組合員の皆さんの疑問にお答えするために、パルシステム福島の総代・総代会についてご紹介します。特別な資格は必要なく、組合員なら誰でもなれる総代。
あなたも総代になって、くらしの中で感じた思いや疑問、生協に期待する願いを届けてみませんか？

「生協」とは？

「生協」は、組合員の皆さんが主役です。皆さんが出し合った出資金で経営（事業連結）を行っています。皆さんは、商品の利用者であるとともに、出資者、経営者でもあります。また、「組合員活動でこんなイベントを企画して欲しい」「こんなサービスを増やして欲しい」など組合員の「声」を方針に活かすことができるのが生協です。

「総代と総代会」

「総代会」とは、一般の会社でいうと株主総会のようなものにあたり、次年度の方針や予算などの決定事項を承認したり、事業の運営が正しく行われているかを承認する場になります。その総代会に出席するのが総代です。総代は、組合員なら誰でもなることができ、特別な資格は必要ありません。本来なら全組合員に出席して頂くことが望ましいのですが、何人もの人が出席するのは不可能なこと。そこで、総代として立候補を募り、組合員の代表として総代会に出席し、議決に参加します。

「総代の３つの役割」

１．総代会に出席する

年１回、６月に開催される総代会に出席して、賛成・反対の意思表示をします。

２．方針づくりに参加する

次年度の事業方針をつくる過程で、年２回（４月・10月）のエリア委員会総会に出席して、意見を述べたり提案することができます。

３．決定したことがきちんとすすんでいるかを確認する

資料に目を通したり、報告を聞いて、方針通りに事業運営がなされているかを確認します。

第35期　第10回定例理事会報告

2024年２月22日開催

【審議事項】

第１号議案　第70回通常総代会における総代の定数及び選挙区ごとの総代数決定の件
第２号議案　第70回通常総代会総代選挙管理委員選任承認の件
第３号議案　第70回通常総代会に付議する議案決定の件
第４号議案　2024年度事業活動方針第一次案決定の件

１月度事業報告

供給高	349,752千円	（予算比　97.1%、前年比　104.0%）
経常剰余金	▲　6,543千円	（予算比　173.1%、前年比　200.7%）
【2023年度４月～2024年1月度累計】		
供給高	3,778,068千円	（予算比　100.9%、前年比102.6%）
経常剰余金	▲　18,925　千円	（予算比　－437.0%、前年比　―68.3%）

もっといい明日へ お楽で超えてく

イベント開催　申込募集

４月５日(金) 申込締切

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

簡単 Google フォームでの申込はこちら→

丹田を意識したトレーニングでインナーマッスルを鍛えよう！

参加費：１人300円

丹田(たんでん)とはへその５㎝下辺りを言い、古代中国の医学では**“丹田に力を入れれば、健康と勇気が得られる”と伝えられてきました。また、心身共に安定感が得られ、精神力を保つことができるようになるとも言われています。**鍛え方は呼吸法、トレーニングなど様々で、佐々木先生が独自にあみ出した内容となっています。管理栄養士の資格があり、食に関する講和や相談も可能です。

トレーニングは毎月第２・４金曜日開催予定！

★次回は４月26日(金)14:00～15:00

日時：　４月12日（金）
14：00～15：00
場所：　いわき みんなの交流館
募集人数：20名　ゲスト可　託児なし
応募者多数の場合は抽選あり
持ち物：　ヨガマット(貸出可)・飲み物・タオル
講師：　管理栄養士・福島県糖尿病療養指導士
市民講座講師　佐々木　真裕美氏

たすけあい活動助成金企画

究極のインナーマッスル骨盤底筋を鍛えて超健康！

参加費：無料

人の体にとってとても大切な骨盤底筋。
年齢や日々の生活習慣によって**一度衰えてしまうと、様々な症状が現れ、生活の質が著しく低下してしまいます。**特に現代の女性は長時間のデスクワークや便利な生活による**運動不足、妊娠・出産など、骨盤底筋が弱りやすいので注意が必要**です。今回は専門の講師をお迎えし、**骨盤底筋についての詳しいお話と、自宅でもできるエクササイズ**の方法を教えていただきます！

エクササイズは年間を通して毎月開催予定！

★次回は５月14日(火)10:00～11:30

日時：　４月16日（火）
10：00～11：30
場所：　いわき みんなの交流館
募集人数：20名　託児あり
ゲスト可
応募者多数の場合は抽選あり
持ち物：　ヨガマット(貸出可)・飲み物
講師：　准看護師・フェムケアアンバサダー
ペリネケアリスト　尾形　博美氏

たすけあい活動助成金企画

パルシステムクイズコーナー

★第一問★
景品となっている「海はいのち」の産地は？
①福島県　②静岡県　③長崎県

★第二問★
毎週購入している商品を簡単に注文したいという組合員の声から生まれた自動お届けサービスの名前は？
①パルくる便　②かんたんパル　③パルぱるお届け便

★第三問★
生協パルシステムの公式レシピサイトの名前は？
①だいどころレシピ　②だいどこログ　③パルのだいどころ

前回の正解：③おやさいくらぶ・②45%・③伊達センター

角がないまろやかな塩
溶けやすくて使いやすい♪

簡単クイズ回答はこちら⇑

全問正解の方抽選で5名様に「海はいのち」をプレゼント！

超えアイテム学習会【にんべんフーズ】だしを学ぼう もっと手軽に美味しいごはん

参加費：無料

化学調味料を使わず作られた安心でおいしい「白だし」と「便利つゆ」これを使えば、和食はもちろん、洋風もだしの風味で味がピタリと決まります。にんべんフーズの商品を学んで自宅で調理して、味わってください。美味しい会の皆さんが考えてくれた、毎日でも作りたくなるレシピの試食もあります♪

簡単 Google フォームでの申込はこちら→

日時：　4月17日（水）
10：00～12：00
場所：　郡山センター
募集人数：20名　託児あり
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

美味しい会・組合員活動推進室企画

超えアイテム学習会【平田産業】油はやっぱり圧搾一番搾りのこれに限る!!

参加費：無料

菜種油でおなじみの平田産業。こだわりの菜種油ができるまでを詳しく教えていただきます！油はこれしか使えない！という熱狂的な組合員もいるほど人気の商品です✨学習会後には菜種油を使ったお菓子の試食もあります♡ぜひお気軽にお申込みください。

※写真・画像はイメージです。

日時：　4月19日（金）
10：00～12：00
場所：　いわき みんなの交流館
募集人数：20名　託児あり
ゲスト可
応募者多数の場合は抽選あり

商品委員会・組合員活動推進室企画

※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。
＊多くの方にお楽しみいただきたい為、ゲスト参加は1名1度のみとなっております。ご了承ください。

キリトリ

4月2回イベント申込書　　申込締切 4月5日(金)

組合員番号	お名前
電話番号	ゲストお名前
託児希望の方はお子さまのおなまえと月齢 才　　ヶ月	参加希望イベント □丹田トレーニング(4/12)　□骨盤底筋エクササイズ(4/16) □にんべんフーズ学習会(4/17)　□平田産業学習会(4/19)
クイズコーナー回答　①（　　）　②（　　）③（　　）	

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
〒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
〒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

■伊達センター
〒960-0670 伊達市保原町桑田1-8
FAX024-597-8781　発行者：佐藤　淳一