



謹賀新年

年頭にあたり、組合員の皆様に謹んでごあいさつ申し上げます。

昨年は元日に能登半島地震が発生し、甚大な被害をもたらすという波乱の幕開けとなりました。組合員の皆様には、年明け早々に緊急支援募金をお願いし、2億6千万円を超える、たくさんのあたたかいお気持ちが寄せられました。

本当にありがとうございました。募金は現地支援活動団体や生産者への見舞金、被災者への義援金として活用されているほか、9月21日に発生した能登半島豪雨災害の支援にも役立てられています。一日も早い能登の復旧・復興を願うばかりです。



能登以外でも各地で地震が起こり、特に8月8日に発生した宮城県日向灘の地震では、初の南海トラフ「巨大地震注意」が気象庁から出されました。これを受けて防災用品の需要が急激に高まり、令和の米騒動の一因になったともいわれています。

組合員の皆様には、一時期お米の欠品や点数制限など、ご迷惑ご不便をおかけして申し訳ありませんでした。当たり前にあると思っていたお米のありがたさ、大切さを実感した出来事だったのではないかと思います。そんな大切なお米を作り続けてくださる農家さんを、パルシステムはこれからも応援していきます。

さて、昨年4月に稼働開始した伊達センターですが、組合員の皆様や地域の皆様のご協力のもと、順調に配達や組合員活動を行っております。また、昨年パルシステム福島は、おかげさまで開業70周年を迎え、記念のセンターまつりをはじめ、様々な企画で組合員の皆様と一緒に祝いすることができました。長年にわたり、支え続けてくださりありがとうございます。これからも80周年、100周年と続いていけるよう、皆様と共に歩んでまいりたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

今年2025年は、2012年に続き二度目となる「国際協同組合同年」とすることを国連が宣言しました。近年頻発する異常気象や紛争などの諸課題を解決するための機能として、また、SDGsの実現のために、協同組合は期待されているのだと思います。

昨年は日本原水爆被害者団体協議会がノーベル平和賞を受賞するという嬉しいニュースもありました。戦後80年になる今年、穏やかで平和な生活を次世代へ引き継ぐための気運が世界的に高まっています。

助け合いの組織である協同組合の力で、一緒により良い世の中を作ってまいりましょう。

2025年が、組合員の皆様にとって素晴らしい一年となりますよう、祈念申し上げます。

パルシステム福島 組合員活動企画一覧

2025年1月
～
2025年3月

ばるだよりやHPにて
 随時イベントの
 ご案内を行っています。
 お申込み、お問合せは
 こちらから⇒
 日程や内容が変更・追加になる場合があります



3会場同時企画「ようこそパル」：加入3か月未満の方対象の企画です。お友達とご参加ください！

1月20日（月）、2月17日（月）、3月17日（月）11時から

≪みんなの交流館≫



日にち	内容	日にち	内容
1月14日	ばるフレンドパーク（フリー開放）	1月21日	手作り味噌教室
1月22日	手作り味噌教室	1月25日	子どもだけの手作り味噌教室
1月31日	新米で作るだまご鍋&アップルパイ教室	2月 1日	手作り味噌教室（好間公民館）
2月 4日	ばるフレンドパーク（フリー開放）	2月 5日	知っておきたいくらしのリスクへの備え
2月 6日	麹活用 アジアン昼市	2月15日	産直お菓子教室
2月 7日	コーヒー飲み比べ&ステンレスドリッパー体験	2月25日	ハワイアンリトミック教室
2月25日	産直豚ピリ辛スタミナ炒め用活用料理教室	2月26日	手作り和菓子でうれしいひなまつり料理教室
3月 1日	水族館から海の環境といのちについて考えよう	3月 4日	ばるフレンドパーク（フリー開放）
3月 6日	生産者消費者交流会	3月12日	介護セミナー
3月13日	超えアイテム学習会（オルタートレードジャパン）		

＊骨盤底筋ケア：1月21日、2月11日、3月11日

＊丹田を意識したトレーニング：1月10日、1月24日、2月14日、2月28日、
3月14日、3月28日



≪郡山センター≫

日にち	内容	日にち	内容
1月17日	育脳おやつ教室	1月21日	手作り味噌教室
1月22日	手作り味噌教室	1月25日	子どもだけの手作り味噌教室
1月29日	FANFUN らんど	2月 6日	バレンタインスイーツ教室
2月25日	産直豚ピリ辛スタミナ炒め用活用料理教室	3月12日	FANFUN らんど
3月13日	超えアイテム学習会（オルタートレードジャパン）		

≪伊達センター≫

日にち	内容	日にち	内容
1月14日	大人可愛いつけ襟教室	1月28日	手作り味噌教室
1月31日	野付の浜の母さん料理教室	2月 1日	子どもだけの手作り味噌教室
2月10日	うぐいす餅づくり	2月25日	産直豚ピリ辛スタミナ炒め用活用料理教室
3月11日	ヨガ教室	3月13日	超えアイテム学習会（オルタートレードジャパン）
3月26日	ホットケーキミックスを使った料理教室		

イベント開催 申込募集

1月17日(金)
申込締切



簡単 Google フォームで
の簡単申込はこちら→



手作りみそ教室

参加費：1人1,500円

昨年12月の募集を見逃した方
チャンスです！好間公民館で
手作りみそ教室を開催いたします。
マイ味噌を手作りして、美味しさを堪能してください。
出来上がり2kgになる味噌を仕込みます。
親子で参加も大歓迎！！



開催日時：2月1日(土)

10:30~12:00

会場：いわき市好間公民館

定員：12名 託児：ありません

※募集人数が多数の場合抽選あり ゲスト不可

持ち物：エプロン・三角巾・5ℓ容器・
500mlペットボトル(空容器)

好間エリア企画

ぱるフレンドパーク (フリー開放)

参加費：無料

みんなの交流館の託児室を開放している
子育て世代の交流の場です。
お茶をしながら楽しく
お喋りしませんか？
リピーターさん大歓迎！
ちょこっとおやつ付きです♪



ぱるっ子
ポイントが
貯まります♪



開催日時：2月4日(火)

10:00~11:30

場所：いわきみんなの交流館

持ち物：お子さまの飲み物

申込不要！

時間内であれば自由に利用可！

お友達と参加可♪見守りスタッフ付き★

★今後の開催予定★ 3月4日(火)

ぱるっ子クラブ・福祉たすけあい活動助成金企画

知っておきたい くらしのリスクへの備え

参加費：1人200円(資料代)

病気・ケガ・障害・死亡・失業など、私たちの日常生活にはいろいろなリスクが存在しますが、「社会保障制度」によって守られています。
今回は健康保険・介護保険・年金保険などの制度について基本のお話をいたします。

*次回は3月12日介護セミナーです



日時：2月5日(水)

10:00~12:00

場所：いわきみんなの交流館

募集人数：10人 ゲスト可

*託児有、応募者多数の場合は抽選あり

持ち物：筆記用具

講師：中崎 恵子

FP(ファイナンシャルプランナー)

ライフプラン委員会(LPAの会)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。

*企画の前日17時以降はキャンセル代がかかりますので、ご注意ください。

きりとり

1月3回イベント申込書

申し込み締め切り 1月17日(金)

組合員番号	お名前	電話番号
ゲストの方のお名前 (知っておきたいくらしのリスクへの備え) *手作り味噌教室はお子さまのおなまえと学年		
託児希望のお子様のおなまえと月齢 (知っておきたいくらしのリスクへの備え)		才 ヶ月
参加希望イベント ☐ 手作りみそ教室 ☐ 知っておきたいくらしのリスクへの備え		

趣活用 ✨ アジアン昼市

参加費：組合員 1 人 300 円 ゲスト 1 人 500 円

韓国、台湾の人気メニューに中国のスパイス、日本の麺をプラス！お料理で巡る魅惑のアジアの旅に参加してみませんか？

※調理にシーフードミックスを使う予定です。
アレルギーをお持ちの方はご注意ください。



写真はイメージです。

【メニュー】醤油麺、玉ねぎ麺で風邪に負けない腸活レシピ ✨

- ・鶏手羽元で作るサムゲタン ・鶏むね肉のダージーバイ
- ・海鮮チヂミ ・豆花(トウファ)の黒蜜生姜シロップ添え

1 月 17 日(金)
申込締切

簡単 Google フォームでの
簡単申込はこちら→



開催日時：2 月 6 日(木)

10:00~12:00

場 所：いわきみんなの交流館

募集人数：15 名

託児あり ゲスト可

応募者多数の場合抽選有り

持 ち 物：エプロン・三角巾

小名浜エリア委員会企画

シンプルな材料で Special バレンタインスイーツ作り



参加費：組合員 1 人 300 円 ゲスト 1 人 500 円

Valentine の準備はされていますか？

今年は大切な人や家族、友人、そして自分へ手作りスイーツを贈りましょう ✨

キャラメリゼしたバナナブラウニーとココアのスノーボールを作ります。さらに・・・出来上がったスイーツを可愛くラッピングする方法もお伝えします ♪

開催日時：2 月 6 日(木)

10:00~12:00

場 所：郡山センター

募集人数：12 名

託児あり ゲスト可

応募者多数の場合抽選有り

持 ち 物：エプロン・三角巾

組合員活動推進室企画

コーヒー飲み比べ&ステンレスドリッパー体験



参加費：組合員 1 人 300 円 ゲスト 1 人 500 円

昨年大人気だった企画の第二弾！

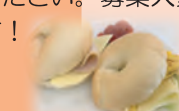
コーヒー5種の飲み比べと、組合員開発商品“ステンレスコーヒードリッパー”の紹介・体験をしていただきます。

この機会にぜひお気に入りのコーヒーを見つけてみてください。前回好評だった銘柄と新たにチャレンジ銘柄もあります！

軽食にはスタッフ手作りのベーグル付き ✨

※ベーグルの具材としてエビを使用します。

アレルギーをお持ちの方には提供いたしません。



写真はイメージです。

開催日時：2 月 7 日(金)

10:00~12:00

場 所：いわきみんなの交流館

募集人数：16 名

託児あり ゲスト可

応募者多数の場合抽選有り

商品委員会企画

※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。

* 多くの方にご参加いただきたい為、**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。

* 企画の前日 17 時以降はキャンセル代がかかりますので、ご注意ください。

きりと

1 月 3 回企画イベント申込書

申込締切：1 月 17 日(金)

組合員番号	お名前	電話番号
ゲストの方のお名前		
託児希望の方はお子さまのおなまえと月齢		才 月
参加希望イベント ☐ アジアン昼市 ☐ Special バレンタインスイーツ作り ☐ コーヒー飲み比べ		

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

〒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

電話でのお問い合わせ 0120-868-014 (月～金曜日：9時～20時 土曜日：9時～17時)