



イベント開催案内

ぱるフレンドパーク

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しゃべり

しませんか？リピーターさん大歓迎！

ちょっとおやつ付きです。

★今後の開催予定★5月12日(火) *4月開催なし

福祉・たすけあい
助成金



私を愛でる時間 ～大人の幸福感メイク～



毎日のメイクが、もっと楽しくなる時間に。パルシステムの化粧品ならではの「安全性」へのこだわりと、組合員の想いから生まれた『プラセンタオールインワンゲル』の贅沢な使い心地を、実際に肌で感じてみませんか？
スキンケアの基礎から「幸福感メイク」のポイントまで実践形式でお伝えします♪

カラダを痛めない介助方法を学びましょう！第2弾

9月に開催し、受講された方から再度開催のご要望があった講習会を開催いたします。前回参加された方は復習と、さらなる知識のバージョンアップを。初めて参加される方も安心して参加できる内容となっております。リハビリの目線から介助される側、介助する側、両者が幸せになる介助実技を学ぶ教室です。是非この機会にご参加ください！＊詳しい講義内容はHPをご覧ください。



申込締切 2月13日(金)

スマホで簡単申込はこちら→



開催日時：3月3日(火)10:00～11:30

開催場所：いわきみんなの交流館

持 ち 物：お子様の飲み物

○申し込み不要！時間内であれば自由に利用可能

○お友達と参加可♪見守りスタッフ付き

参 加 費：無料

主 催：福祉たすけあい助成金・ぱるっ子クラブ

開催日時：3月10日(火)10:00～12:00

開催場所：郡山センター

募集人数：16名 抽選あり

託 児：あり ゲスト可

参 加 費：無料

主 催：組合員活動推進室

開催日時：3月11日(水)10:00～12:00

開催場所：いわきみんなの交流館

募集人数：20名(抽選あり)

託 児：あり

参 加 費：200円(ゲスト参加も同額)

講 師：廣渡一隆氏(作業療法士)

(リハビリ Reborn. 代表)

主 催：ライフプラン(LPAの会)委員会

*お預かりした個人情報は、参加集約・詳細の連絡以外に使用いたしません。*申込用紙は、配送担当者に直接渡して頂くか、分かりやすいように注文書と一緒にご提出下さい。*託児について(ゲスト不可)1名300円 生後4ヶ月以上で首がすわったお子さま

キトリ

2月3回 イベント申込書

申込締切 2月13日(金)

組合員番号	お名前	電話番号
託児希望のお子さまのおなまえと月齢		
才 ヶ月		
ゲストのお名前		
参加希望イベント	<input type="checkbox"/> 私を愛でる時間～大人の幸福感メイク～ <input type="checkbox"/> カラダを痛めない介助方法を学びましょう！第2弾	

イベント開催案内

申込締切 2月13日(金)



スマホで簡単申込はこちら→

手作りパン教室



※イラストはイメージです

パルシステムのパンを製造しているパルブレッドから講師をお迎えし、大人向けの手作りパン教室を開催します。初めての方でも生地の扱い方から焼き上げまで、丁寧に教えていただけます。楽しくパン作りをしませんか？ 焼き立てのパンのおいしさは格別ですよ♪

開催日時:3月12日(木)10:00~13:00

開催場所:いわきみんなの交流館

募集人数:20名

託児:あり ゲスト不可

参加費:300円

主催:組合員活動推進室

親子で食育【肉編】 ライスバーガーを作ろう！



※イラストはイメージです

今回の食育は【お肉】について学びます♪ お肉類は多くの栄養素が含まれていて、お子さんのバランスの取れた食事に欠かせない栄養素です！ お子さんが大好きなハンバーグを「こねて・丸めて・焼く」工程をイチから体験してみましょう！

開催日時:3月14日(土)10:00~12:00

開催場所:郡山センター

募集人数:親子8組 ゲスト可

対象:年長～小学生のお子様と保護者

託児:なし

参加費:(組合員)大人1人300円子ども1人200円
(ゲスト)大人1人500円子ども1人300円

主催:組合員活動推進室

親子で手作りソーセージ教室



パルシステムのハム、ウィンナーを製造しているパル・ミートから講師をお迎えし、手作りソーセージ教室を開催します！

ソーセージはどういう風に作られているのかな？是非親子でなかなか体験できないソーセージ作りに挑戦してみましょう♪

開催日時:3月14日(土)10:30~13:30

開催場所:伊達センター

募集人数:親子10組(小学生以上と保護者1名)

託児:なし ゲスト不可

参加費:大人300円、子ども200円

*子ども2名参加で200円プラス

主催:組合員活動推進室

*お預かりした個人情報は、参加集約・詳細の連絡以外に使用いたしません。*申込用紙は、配送担当者に直接渡して頂くか、分かりやすいように注文書と一緒にご提出下さい。*託児について(ゲスト不可)1名300円 生後4ヶ月以上で首がすわったお子さま

キリトリ

2月3回 イベント申込書

申込締切 2月13日(金)

組合員番号	お名前	電話番号	
<input type="checkbox"/> 参加希望イベント	<input type="checkbox"/> 手作りパン教室	<input type="checkbox"/> ライスバーガーを作ろう！	<input type="checkbox"/> 親子で手作りソーセージ教室
参加者全員のお名前とお子さまの年齢: *手作りパン教室以外			
ゲストのお名前 *ライスバーガーを作ろう！のみ			
託児希望のお子さまのおなまえと月齢 *手作りパン教室のみ			才 ヶ月

2025年度下期 産直連続講座開催報告

JA つくば市谷田部(きのこ)

10月3日(金)茨城県で野菜やきのこの生産をされているJA つくば市谷田部から原木しいたけの生産者と、しめじ・ひらたけの生産者にお越しいただき、学習会と昼食交流を行いました。屋外で生産されている原木しいたけと、屋内で生産されているしめじ・ひらたけの栽培方法の違いや、苦労されていること、近年の猛暑の影響を伺い、参加者からの質問にもたくさん答えていただきました。

昼食交流では、きのこをたっぷり使ったランチを提供し、きのこの美味しさを存分に味わっていただきながら、テーブルトークを楽しんでいただきました。普段から何気なく食べているきのこですが、生産者が熱心に栽培に励まれていることを知ることができました。

きのこは封を開けたら早めに使い切ること。使わない分は冷凍できる

きのこの石づきはギリギリでカットする

パルのきのこは調理前に洗わなくてOK(なめこは出荷前に洗ってある)



ポークリンドグループ(肉)

12月1日(月)秋田県からポークリンドグループ代表の豊下様をお迎えし、「日本のこめ豚」について学びました。

～ポークリンドグループのここがすごい!!～

◆豚が喜ぶ環境づくりへ・アニマルウェルフェアの取り組み



豚舎飼育と放牧を融合した室内型放牧豚舎「バイオベット(発酵床)豚舎」で飼育しており、

今回は現地の豚舎をオンラインで繋ぎ、広々とした環境で、ストレスなく生き生きと過ごす「桃豚」の様子を確認することができました。

◆自然の力を活かす「BMW 技術」

豚舎から排出される糞尿を土中のバクテリアと岩石のミネラルの力で浄化し、「生物活性水」へ再生。

この「生物活性水」を100倍に薄めて豚の飲み水や豚舎の洗浄水として使うことで、豚の腸内環境が良くなり、薬剤に頼ることなく、元気いっぱいに育ちます!



◆国産の飼料用米を食べて育つため、臭みがなく脂身が甘い、あっさりとした味わいが特徴!

黒富士農場(卵)

1月16日(金)山梨県にある黒富士農場から村松様をお迎えし、パルシステムの産直たまごと平飼いたまごについて学習しました。黒富士農場は卵の産地ではとても少ない有機認証を取得されており、エサには廃棄されてしまうおからや米ぬか、カキ殻を使用し、資源循環にも積極的に取り組まれています。学習会は、クイズや質問タイムを交えながらとても分かりやすく説明していただきました。平飼いの難しさや苦労、パルシステムのたまごの基準の高さを改めて実感しました。昼食交流では、平飼いたまごのたまごかけご飯や厚焼き玉子などを提供し、たまごの美味しさを実感しました。

■たまごに関する豆知識

たまごは鮮度が落ちると水中に入れた時に浮かんでくる



たまごは温度変化に弱い為、冷蔵庫のたまごポケットは使用しない方がよい



卵黄に含まれるコリンは脳機能や記憶力に有効で、認知症予防にもなると言われている

新入協職員紹介



1月から新入協職員1名を迎えました。

パルシステム福島を今後ともよろしくお願ひします。

ゆきみ てつま
雪見 哲馬

いわき
事務所

この度、パルシステム福島いわきセンター所属となりました。雪見（ゆきみ）と申します。“雪見だいふく”的雪見で覚えていただけたと幸いです。パルシステム福島の職員として責任を持ち、日々精進してまいりますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願ひいたします。

第36期 第8回定例理事会(12/18)報告

【審議事項】

- 第1号議案 一般財団法人パルシステム若者応援基金 2026年度法人サポート登録承認の件
第2号議案 日本生活協同組合連合会とパルシステム生活協同組合連合会で締結する「商品代金支払いサイト変更覚書」に伴う連帯保証引き受け承認の件
第3号議案 2026年度経営リスク保険制度(生協役員賠償責任保険・雇用慣行賠償責任保険)加入承認の件
第4号議案 経営会議運営規程一部改定の件
第5号議案 賃金規程一部改定承認の件

2025年度 11月度

供給高 374,671千円 (予算比 101.5%、前年比 99.3%)

経常剰余金 ▲7,684千円 (予算比 75.2%、前年比 56.5%)

[2025年度4月～2025年11月度累計]

供給高 3,160,343千円 (予算比 100.5%、前年比 102.6%)

経常剰余金 ▲34,589千円 (予算比 61.3%、前年比 36.0%)



超えトーク

キッチンライブ&スペシャルトーク「心とからだに海からの贈り物」

お魚
食べよう

「もっと魚を取り入れたい！でも、いつも同じレシピでマンネリ化してしまう…」そんなお悩みに応え、兵庫で大人気の料理教室を主宰する料理研究家の喜多マリコさんから心とからだにやさしいレシピを紹介いただきます。今回の超えトークでは、邑久町漁協の松本組合長にもご登壇いただき、食を通じて産地と直接つながる楽しさや人と人との絆についてなど、お二人からトコトン語っていただきます。

【開催日時】 2026年3月6日(金)10:00～12:00(予定)

申込はコチラ ↓

【開催方法】 Zoomによるオンライン配信 【申込み締め切り】 2月22日(日)

【講師】 喜多 マリコ 氏(料理研究家、邑久町漁協キッチンアドバイザー)
松本 正樹 氏(邑久町漁業協同組合 代表理事組合長)

【参加費】 無料 【主催】 パルシステム生活協同組合連合会 商品委員会



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：佐藤 紀彰

■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 淳一

■伊達センター

〒960-0670 伊達市保原町桑田1-8
FAX024-597-8781 発行者：渡邊 崇

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)