

～しもせんだより～

発行 No. 136 発行日:2019年3月18日
発行 :パルシステム茨城 栃木
しもつまセンター委員会
発行責任者:しもつまセンター長 渡部

2019年度登録者募集! 「pal mama cafe」～子育てママの交流の場～

＝毎月第3水曜日開催＝

子育てママの交流の場として、2019年度も”palmamacafe”をオープンします!

「pal mama cafe」は、パルシステムの商品の試食や、クッキングをしながら楽しくおしゃべりしたり、くらしに役立つ講座(お料理・手芸・自己啓発系ワークショップ等)を開いたり、色々な楽しいことを企画していきます♪お子さんと一緒に遊びにきてくださいね。お子さんが幼稚園や小学校に通われているママだけの参加も大歓迎です!

一緒に楽しむ新しいメンバーさん大募集♡ お気軽にどうぞ。

開催場所:パルシステム茨城 栃木 下妻館(下妻市比毛43-4)

開催日時:毎月第3水曜日 10:00～12:00(企画内容によって延長あり)

参加費:1回/200円 ※企画内容によって別途材料代がかかる場合があります。

保育費:お子様一人につき300円

定員:10名 / 保育定員:5名(月齢4ヵ月以上未就学児まで)

申込締切日:3/29(金)

※2018年度に登録されていた方も改めてお申込みが必要です。※登録制ですが、年度途中からの参加もOKです。
※応募者多数の場合は抽選となります。抽選結果ならびに詳細案内は、4/6(土)までにお知らせします。

《第1回開催日:4月17日(水) 10:00～12:00》

内容:パルシステム商品を試食しながら、自己紹介を兼ねて交流します。第1回目はお子様の保育はありません。お子様同伴でご参加ください。

☆pal mama cafe
のご報告☆



2月palmamacafeは、「八千代産直」直伝 焼肉のタレ作りでした。

こちらのレシピ、少量で作っても美味しくできないそうで、大量に作る!のがコツらしいので今回の活動に入れさせていただきました。材料はもちろん全て安全安心のパルシステムの商品を使用しましたよ!そんな贅沢な焼肉のタレ作りを、気心したメンバーさんと一緒に和気あいあいと楽しむことができました。一週間くらい寝かせると、さらに美味しさがアップするらしいので、作ったものは、それぞれに持ち帰ってもらい一週間後のお楽しみに♡でも、せっかくなので、おすすめの使用方で試食もしていただきました。そのおすすめの食べ方は、パルのサイコロステーキに焼肉のタレをかけ、最後にさっぱり大根おろしで絡めていただくもの!もう、肉汁とタレと大根おろしが絡まったソースが絶品で、ご飯が何杯もいけてしまう美味しさなのです!ところで、タレと相性抜群のパルのサイコロステーキは、みなさん食べたことはありますか?牛肉そのものの美味しさ、柔らかさ、そして安全さに関して天下一品なんです。ぜひ、おすすめ!なぜか、サイコロステーキの紹介になってしまいましたが、palmamacafeは、お料理、手芸、WSなどなど楽しい活動を毎月1回開催しています。

4月から引き続き参加メンバー募集中ですのでお気軽にご参加ください♡

お問い合わせ:電話 0120-390-433(組員活動専用フリーダイヤル) 月～金 9:00～17:00

※下記の申込書は、配達担当者に直接お渡しいただくか、わかりやすいように注文書と一緒に提出してください。

※お預かりした個人情報、参加者の集約、詳細連絡の目的以外には使用いたしません。

一切り取り

2019年度「pal mama cafe」登録申込書

締切 3/29(金)

パルシステム栃木センター行き

組員名

組員番号

参加者名

年代

当日つながる電話番号

保育希望の方:お子様氏名(ひらがな)

生年月日:西暦

年

月

日

男・女

下妻 パルの会



2/6(水)下妻館にて、第4回「下妻パルの会」を開催しました。「五目ずしの素」を使い、錦糸卵をのせて「ちらしずし」を作りました。酸味がまろやかで、具材の野菜はすべて国産なので安心しておいしく召し上がっていただける商品だと思います。他に、今が旬のちぢみほうれん草を使って、白和えを作りました。ほうれん草は甘みがあってとてもおいしかったです。あと、そのままでも温めてもいただける、白身魚すり身と野菜の湯葉巻き、産直もずくスープ、バレンタインに合わせてチョコレートケーキピターを試食しました。DVD鑑賞は、「鹿児島知覧有機の産直緑茶」。有機栽培のお茶が、どれだけ大変な苦勞と努力で作られているのを知ることができ、実際試飲して、そのおいしさを皆さんに実感していただきました。今年度、最後の「パルの会」でしたが、参加者から、「長年利用しているが、参加するたびにまだ知らない商品があって、利用してみたい。」「毎回、美味しいものがいただけると素晴らしい企画なので、もっとたくさんの人に参加してもらいたい。」「来年度は、サポートメンバーとして参加してみたい。」などいろいろな感想をいただきました。来年度も「パルの会」を引き続き開催いたしますので、たくさんの参加、よろしくお願いします。

2/12(火)第4回「古河パルの会」を古河福祉の森会館にて開催しました。『五目ずしの素』でカップ寿司を作りました。プラスチックカップに五目ずし、卵や、きゅうり、鮭フレーク、海鮮、いくらなどの具材をキレイにトッピング！個性がでる作業で、色どりを考えたり、写真映えるようにどれをのせようかと楽しんでいただけたようです。パルの五目ずしの素は子どもでも食べやすいので、おすすめです！また、きりたんぼ鍋はきりたんぼ、スープと鶏肉がセットになっていて解凍し煮るだけで簡単に完成。簡単なのにおいしかったです。いつも見ているはずのカタログですが、「こんな便利な商品があったなんて！」と新しい発見もあり、「参加してよかった。」と言っていただけで嬉しく思いました。「古河パルの会」は最後の開催でしたが、これからもたくさんの方に楽しんでいただけるような「パルの会」を開催していきたいと思っております。

古河 パルの会



☆palくらぶ：Let's try☆

去年好評だった味噌作り教室を今年も開催しました。結城のお味噌屋さんを講師にお招きし2/17(日)古河福祉の森会館にて、味噌についてのお話を聞きながら「味噌作り」をしました。味噌作りは初めてという人も多く参加していただきました。材料をよく混ぜたので、来年秋の出来上がりが楽しみです。



☆palくらぶ：maisha☆

2/24(日)下妻館で『パルでひなまつり&アクセサリー作り』を開催しました。アクセサリー作りは、パーツ1つ1つが小さかったので、細かい作業が多かったのですが、講師の先生が優しく丁寧に教えてくださり、世界で1つしかない素敵なおオリジナルアクセサリーを作ることができました！！

ひなまつり料理は、パルシステムの『五目ずしの素』を使い『牛乳パックでちらし寿司ケーキ』と『はまぐりのお吸い物』を作りました！！ちらし寿司の桜でんぶは手作りしました。生のたらを使い、色付けも食紅を使用せず、ピーツの天然色素を使い、自然なピンク色の桜でんぶを作りました。桜でんぶがなごから出来ているかもわからなかったし、手作りできることもわかって勉強になったと大好評でした！！



～桜でんぶ作り方～

☆材料☆（今回使用したもの）

- ・北海道羅臼産たらちの切身 4切れ
- ・砂糖 大さじ1
- ・みりん 大さじ1
- ・酒 大さじ1
- ・ピーツ（皮をむき半分に切ったものを水につけたら赤く染まるのでそれを使用）

★作り方★

- ①沸騰したお湯にたらを入れ茹でる。
- ②火が通ったら流水で洗い、キッチンペーパーで水気をとる。
- ③骨や皮を取り除き、鱈の身をほぐす。
※鱈はほぐれやすいので、すり鉢ですらなくてもある程度ホロホロになりますが、細かくしたい時はすり鉢で軽く搗りほぐします。
- ④フライパンを熱し、鱈の身・酒・みりん・砂糖を加え、煎ります。
- ⑤少しずつ赤い色を付け、完成。
※ピーツ色素は少量でもかなりピピットに染まりますので、入れすぎに注意。そして指や服につくととれませんのでご注意ください。