

陽 だ ま り

○— おしゃべりカフェ —○
 5月13日に第1回目を開催しました。
 1回目は、年間予定を決めました。すごろく、
 体操、ホットプレートを使ったおやつ作り
 (絵手紙、クラフトバンドで小物入れ作り)
 フラワーアレンジメントと沢山のご意見
 をいただきました。開催日も毎回
 月曜日の10時からはどうですか?との
 ご意見もありご希望に添いたいと
 思います。
 2回目、7月8日10時から介護予防
 体操とすごろくです。沢山のご参加
 お待ちしております。(裏面で募集中国)

予告 8月20日(火)夏休みの1日、お子様と
 一緒にソーセージ作り体験を行います!
 くわしくは次回のご案内で...

5月18日 ジャがいも栽培体験②
 草抜きをしました。

お天気に恵まれ、子供たちも一生懸命
 頑張ってくれ、きれいになりました。
 とてもいい汗をかきました。
 「来月の収穫が楽しみです。」と感想を
 いただきました。

生産者から、りっはな
 大根とキャベツの
 おみやげがありました。♡



……今後の予定……

- 6月 10日(月) 鹿嶋パルの会
- 〃 11日(火) 神栖パルの会
- 〃 22日(土) ジャがいも栽培体験(収穫祭)
- 7月 8日(月) おしゃべりカフェ(体操・すごろく)
- 〃 19日(金) 白だし教室 於、大洋公民館
- 8月 20日(火) 親子でウインナー作り
- 9月 9日(月) おしゃべりカフェ
- 9月 12日(木) 神栖パルの会
- 〃 13日(金) 鹿嶋パルの会
- 10月 北浦しゃも料理教室
- 11月 16日(土) エコーたまつくり収穫祭
- 11月 おしゃべりカフェ
- 1月 おしゃべりカフェ
- 3月 おしゃべりカフェ

※開催日・開催場所が決定次第お知らせ
 いたします。ぜひご参加ください。♪♪

かしまセンター pal サークル紹介

～さくらチーム～
 よりよい食生活のための学習、楽しい
 時間の共有。

～すくすくチーム～(新)
 パルシステムの商品を使って、手作り
 みそやパンを作って楽しもうと思っ
 ています。

～スマイル～
 クラフトバンドを使ったバックや小物
 づくり、パルシステムの食材を使って
 料理をしながら、親睦を深めます。

参加者大募集!

おしゃべりカフェ

「白だし・便利つゆ」学習会

おしゃべりカフェ第2弾!今回は、認知症予防になるすごろく!普通のすごろくとは少し違います!ぜひみんなでやりましょう♪お家でもできる簡単な体操もおこないます!

おいしいおやつをご用意してみなさんのご参加をお待ちしています!

■日程：7月8日(月)

■時間：10:00~12:00

■場所：パルシステム茨城 栃木かしまセンター
(住所：鹿嶋市下津 273-19)

■募集人数：15名

■参加費：無料

■託児：なし

■締切日：6月14日(金)



今回、白だしと便利つゆの製造メーカー(株)にんべんフーズさんをお招きして、製造方法やこだわり、レシピの紹介などをおこないます。また、白だし・便利つゆを使った試食も用意しています!ぜひみなさんご参加ください!

■日程：7月19日(金)

■時間：10:00~12:00

■場所：銚田市大洋公民館(銚田市汲上 2601)

■募集人数：20名

■参加費：300円*ランチ付

■託児：お子様一人につき300円
(定員5名)

■締切日：6月14日(金)

★試食予定

*ほうれん草の白だしごまマヨあえ

*鶏の照り焼き*白だしのたまごスープなど



お問い合わせ

パルシステム茨城 栃木 かしまセンター 活動専用フリーコール

0120-390-434 (月~金 9:00~17:30)

※お預かりした個人情報、参加の集約や連絡の目的以外には使用いたしません。

※下記の申込書を注文用紙と一緒にわかりやすいように提出してください。

※応募多数の場合、抽選。全員にご連絡します。

キリトリ

参加申込書

かしまセンター行き(6/14(金)×切)



申込企画にチェックしてください。

7/8(月)おしゃべりカフェ

7/19(金)白だし・便利つゆの学習会

◆組合員番号：

◆組合員名：

◆電話番号：

■託児 (有・無) ※白だし・便利つゆ学習会のみ

お子さんのなまえ(ひらがな)

年齢

才

カ月

男・女