

ぱるぱる

パルシステム茨城 栃木

～なかセンター～広報紙

発行 なかセンター委員会 発行責任者 センター長 河原

★ 今後の予定 ★

- 10/21(月) コアラコルーム
- 10/23(水) コアフード地鶏しゃも料理教室
- 10/24(木) はつらっシニアサロン
(かぼちゃとりんごのパイ作り)

親子パン作り教室 (報告)

8/29(木) 大人11名、子供14名参加。
7-7プラザ勝田においてクリームパンとミニピザパンを作りました。

(株)パルブレッドの
平田エン、稲嶺エム
を講師に、パン生地
を良くこね、更にこねて
テーブルに叩きつけて
一次発酵→分割(エの写真)→ベンチタイム
→成形→二次発酵→190°のオーブンで
10分焼く。自分たちで作るパンは大変
だけど、その分、とても美味しかったようです。
おかわりをする子もいて、あなか一杯になりました。



報告 はつらっシニアサロン

8/22(木) 折り紙教室

講師: 鈴木雪江先生

参加人数: 11名

はじめに、コアラと飾り折り鶴
を作りました。次に、きんぎょ、風車。
あさがおも、大きいサイズで練習
してから、小さいサイズを作り、ポチ袋に見えました。



「普段集中して作業する
機会がなかなかないので、
今日は折り紙を集中し
折れ、よかったです。」等。
みなさん楽しんでから、手先
を動かしていました。

報告 第2回 パルの会を開催!!

「素材が生きる白だし」の料理
冷凍たい焼きを試食

9/10 常陸太田パルの会
(交流センターふじ)

9/11-12 那珂パルの会
(なかセンター)

太田では人数が増えて
5名の参加者、「太田地区でこのようなパルの会
があるのは知らなかった」と喜んでいました。



なかセンターでは 9/11 7名 9/12 8名の参加が
ありました。白だしを使った料理と遣伝子組換え
原料を使っていない冷凍たい焼きを試食しました。

「安心なので毎回利用している」という方もいました。知識
を深めました。

パルの会は途中からの登録もOKです。
まだまだ募集中です。次回は11月になります。

2019 palくらぶ紹介②

～ここに種をまく～

「ここに種をまく」は、子どもや社会
に寄りそい、未来をみんな考えて
いこうと活動しています。

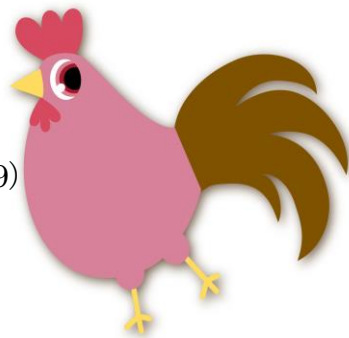
9/14(土)は、ひたちなか市長利公園
で、大人と子ども30人以上が集り、星空観察会が行われ
ました。望遠鏡で月のクレーターや木星の縞々も見え、
大人も子どもも大喜びでした。夜空を眺める時間
は、あわただしい毎日の中の、一時の清涼劑となりました。



コア・フード地鶏しゃも料理教室

「しっかり歯ごたえのある肉質とうまみ」

「コア・フード地鶏しゃも」はパルシステムが産直提携している唯一の地鶏しゃもです。生産者は茨城県の下河辺さん親子だけで、年間約1万8000羽を二人で生産しております。美味しい地鶏しゃもを味わいましょう。



開催日	2019年10月23日(水)
開催場所	ワークプラザ勝田(ひたちなか市東石川1279)
開催時間	10:00~13:00(受付 9:45~)
講師	北浦軍鶏農場(下河辺様)
内容	親子丼・しゃも鍋・ササミのサラダ
募集人数	20名 *応募多数の場合は抽選になります。当落に関わらずお知らせします。詳細につきましては、参加者に後日連絡します。
参加費	一人300円
持ち物	エプロン・三角巾・マスク
託児有り	一人300円(月齢4ヶ月以上)
申込み締切り	2019年10月11日(金)
お問い合わせ先	パルシステム茨城 栃木 なかセンター TEL 0120-868-014



- * お預かりした個人情報、参加申込みの集約以外には使用いたしません。
- * 注文書と一緒に提出してください。

.....きりとり.....

「コア・フード地鶏しゃも料理教室」に参加します。 申込み締切 10/11(金)

当日の参加者名

◎託児ありの方 お子様のお名前 年令 歳 ヶ月(男・女)

(お名前はひらがなで) お子様のお名前 年令 歳 ヶ月(男・女)

組員名 組員番号 日中連絡がとれる電話番号

なかセンター行き