

～しもせんだより～

発行 No.143 発行日:2019年 10月 14日

発行 :パルシステム茨城 栃木

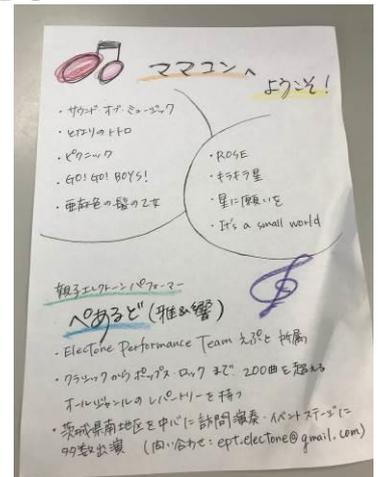
しもつまセンター委員会

発行責任者:パルシステム栃木センター長 渡部

ママコン～ママのためのコンサート～ ご報告♪



9/15 リフレこかいにて、ママのためのコンサートを開催しました。
当日は、ママコンさんによるエレクトーンの親子演奏や絵本の読み聞かせを楽しみました。子供達も大人も、ステキな音色に癒されました。絵本の読み聞かせも大人も楽しめる本で、すっかりリフレッシュできた良い一日でした。



☆第2回パルの会 ご報告☆



9/12 下妻パルの会を下妻館にて開催しました。参加者 2 名【パルの会参加者募集中です☆】でしたが、だいたどこログに掲載されている白だしを使ったレシピ『きざみうなぎとしょうがの茶漬け』、かぼちゃ、しいたけ等蒸し焼きした野菜を『菜種油の塩ねぎドレッシング』で試食しました。ドレッシングは生野菜でも合うよね！とお声も。

たいやきは少し手間ですが、レンジのあと、オーブンで焼くとまわりがパリッとして美味しかったです。パルシステムのたいやきの DVD を観ましたが、遺伝子組換え原料を使用しない、小豆は北海道産直のものを使用などこだわりが学べました。子どもたちのおやつにもピッタリです！



9月パルの会重点商品は、「冷凍たいやき」次回企画掲載は**11月1回**となっています！ぜひ、この機会におためしを♪

9/16 筑西パルの会では、うなぎの冷やし茶漬け・サラダ・たい焼きの調理・試食を行いました。冷やし茶漬けの決め手、白だしはとてもさっぱりで美味しかったです。たい焼きの DVD を観て、安全・安心へのこだわりがとても分かりやすくよかったです。次回の「餃子にしよう！」も楽しみです。

pal mama cafe の報告♪



5回目になります9月のpal mama cafeは、講師に谷島ひろえさんをお呼びし、やる気を引き出す魔法の質問講座を開催しました。用意していただいたワークシートにそって、グループに分かれ、お互いに質問しあい発表しあうスタイル！最初は、ちょっと恥ずかしがっていた参加者さんも、最後にはぐっと距離が縮まりました。特に一番盛り上がったのは、お互いを褒めちぎるミッション。その時間は、熱気で一気に室温が上昇しました！笑。質問を通して、自分自身にたいしてだったり、ご主人やお子さんにたいしてだったり、皆さんの最高の笑顔からは、それぞれに、たくさんの気づきがあったんだなと感じられました。参加者さんからは、『スッキリした！』『今日は家族に優しくできそう！』『悩みを共有できてよかった！』『学んだことを毎日の生活に活かしていきたい。』などなど、とてもステキな感想をいただいております。終了後は、皆さんと一緒にパルの甘いデザートと、旬のフルーツもいただきましたよ♡

しもつまセンター委員会では、パルの会、pal mama cafeのメンバーを随時募集しています！！お問い合わせ先：0120-390-433まで。次回パルの会の日程が決まりました！11/18(月)下妻パルの会：下妻館。11/19(火)筑西パルの会：下館アルテリオ。

次回のpal mama cafeは、11月20日(水)になります。内容は、『ゆったり優しいYOGA教室』を予定しています。



11月「パルの会」重点商品は・・・『餃子にしよう！20個350g』になります。

国産・産直の安心できる原料で。味付けは、家庭での手作りのように。時短だけでなく、おいしさにもこだわります。冷凍なので、使いたい分だけ使えて便利な一品です。



餃子にしよう！

20個350g 398円(税抜)

- 家庭にあるような調味料のみで味付け
- 具材の豚肉とキャベツは産直原料
- 厚めでもちっとした皮だから、水餃子にもおすすめ

user's voice

家族みんなが笑顔でおいしい商品。文句なしです。野菜嫌いの子どもが、この餃子は皮だけでなく、中身もおいしく食べてくれるので助かります。

pal

厳しい基準をクリアした
オリジナル商品

産直原料
使用

主原料が100%
産直品の加工品

組合員
開発協力

組合員とともに
開発した商品

