

うしくセンター便り 6月号

毎月第一週目に発行をしています

2021.6.01 第161号

発行：パルシステム茨城 栃木
うしくセンター委員会
発行責任者：センター長 岩淵
問い合わせ：0120-868-014



＜告知＞くらし活動助成金 7月に募集予定
くらし活動助成金とはよりよいくらしをめざす
地域の取り組みに資金を助成する制度です。詳しくは
「このゆびと〜まれ」7月号をご覧ください。

《うしくセンター委員会主催：パルシステム共済連たすけあい活動助成金企画》



介護をしている皆さん、日々の悩みや、心に
たまっている思いをお話してみませんか？

ZOOMでケアラズカフェ

【開催日時】



第1回目：7月 7日（水）
第2回目：8月 4日（水）
第3回目：9月 15日（水）

●受付（入室）12:45～13:00

第1部13:00～13:40 自己紹介、諸岡明美さん講演会
第2部13:40～15:00予定 ケアラズカフェ
（介護のプロによるアドバイスがあります）

ケアラーって、介護や看病、療育が
必要な家族や近親者を、無償でサポート
する人のことなんだって。



【参加費】無 料 ※3回シリーズですが、1回のみの参加もOK！※当日はご都合のつく時間帯で参加ください。

【参加方法】WEB 会議システム「ZOOM」を使いご自宅からの参加。パソコン・タブレット・スマートフォンのいずれかからご参加ください。

【講 師】 諸岡 明美氏（NPO 法人認知症介護家族の会うさぎ理事長）

【募集人数】20名（各回）

【申込み締切】6月14日（月）締め切り

※抽選結果・詳細案内は 6/16（水）までにお届けいたします。

【お申込み方法】QR コードを読み取りメールからお申込みください。

件名：「ZOOMでケアラズカフェ」申し込み

- ①組合員番号 ② 組合員名 ③ 参加者氏名 ④ 日中繋がる連絡先電話番号
⑤参加日：3 回全てまたは希望日のみ（参加希望日をお知らせください）

医療・福祉・地域の人々と連携を取りながら認知症の
人が在宅で安心して暮らせるように、地域に密着した
認知症の人と介護家族を支援する活動をしています

◇ケアラズカフェ参加申し込みQRコード◇



はじめての ZOOM 講座

ケアラズカフェやセンター
の ZOOM 企画に参加したいけ
れど、自信がない・接続方法
がわからない組合員さんをセ
ンター委員が直接サポートし
ます！※オンライン企画への
参加の方法と一緒に覚えてみ
ませんか。



【開催日時】

6/21（月）10:00～12:00
（お申し込み順に 30 分ご
とに時間を振り分けます）

【開催場所】

パルシステム茨城 栃木
うしくセンター 2F

【参加費】無 料

【申し込み締切】6/14（月）

◇お申込み方法◇

QR コードを読み取りメー
ル、もしくは下記のお電話で
お申込みください。
お気軽にご参加ください。



【お問合わせ】パルシステム茨城 栃木 うしくセンター 組合員活動専用フリーダイヤル

TEL0800-800-6687（9:00～17:00 月～金）

※お預かりした個人情報は、申し込みの集約目的以外には使用いたしません。

《QR コードが読み取り出来ない方はこちらのアドレスまで ibaraki-kumiaiinkatudoubu@pal.or.jp》

うしくセンター年間予定

今年度もいまだ新型コロナウイルス感染症に警戒が必要な状況にあります、
感染予防を徹底してできる限り交流と学びの機会をつくっていききたいと思います。
たくさんのご参加をお待ちしております！

開催日	企画名	開催方法・場所
5/19(水)	春の寄せ植え教室	うしくセンター
6/21(月)	はじめての Zoom 講座	うしくセンター
6/25(金)	マスク映えするメイクアップ講座	Zoom
6/29(火)	★ゆったりヨガ①	うしくセンター
7/7(水)	ケアラズカフェ第1回	Zoom
7/13(火)	★ゆったりヨガ②	うしくセンター
8/4(水)	ケアラズカフェ第2回	Zoom
8/10(火)	★ゆったりヨガ③	うしくセンター
8月開催予定	★ベビー&キッズ企画	Zoom
9/14(火)	★ゆったりヨガ④	うしくセンター
9/15(水)	ケアラズカフェ第3回	Zoom
10月開催予定	豆乳・菜種油学習会	Zoom
11月開催予定	プラスチック学習会	Zoom
12月開催予定	★ベビー&キッズ企画	Zoom

★マークは「うしくぱる♡カフェ」どなたでも気軽に参加できます。

～そのほかにも楽しい企画をたくさん考え中です。お楽しみに♪～

「総代」募集します！



6月から総代立候補の受付が始まります。「総代」とはパルシステムの事業や活動の方針を決める組合員の「代表」です。

パルシステム茨城 栃木の登録組合員であれば誰でもなることができます(未成年者や選挙管理委員など特別な場合を除きます)。

ぜひ総代になってあなたの声をパルシステムに届けてみませんか？

※詳しくは機関紙「みらい臨時号」をご覧ください。

エコな生活はじめませんか？



パルシステムでは5月から6月まで環境キャンペーンを実施しています。6月5回～8月1回にプラスチックリサイクルキャンペーンが始まります。「商品やカタログを入れているビニール」、「お料理セットのトレー」、「富士の天然水のペットボトル」のリサイクルにご協力をお願いします。また、うしくセンターエリアでは組合員開発商品チームによる「マルセイユ石けん」のリニューアル開発も現在進行中です。是非お楽しみに♪この機会に地球に優しいエコな生活を、出来ることから始めてみませんか？



リユース・リサイクル対象商品は  が目印です！

センター委員による商品モニター活動報告！

産直大豆無調整豆乳

*産直産地「JAおとふけ(北海道)」の大豆を使用。

栽培歴まで明らかなので安心して飲めます。

*毎日続けられるサラッとした飲み心地。

*豆乳が苦手な方にも「飲みやすい」と評判です！



国産大豆を使用し、さらりとしていて、飲みやすいです。コーヒー等に牛乳の代わりとして使うととても美味しいですよ。くせがないので、お料理やホットケーキにもおすすめです。(K.Iさん)

豆乳はおいしくない…という既成概念が打ち砕かれました。風味ゆたかで、まろやか。飲みづらさは感じません。果物、蜂蜜、ヨーグルトと合わせてスムージーにするととてもおいしいです。(Y.Iさん)