

次回発行 10月4日週～配布予定

ようやく暑さも和らぎ、吹く風にも初秋を感じる頃となりました。
皆様いかがお過ごしでしょうか？



発行日：2021年8月30日
発行：パルシステム茨城 栃木
つちうらセンター委員会
責任者：つちうらセンター長 渡部



「つちうらセンター委員会」主催企画



★オンラインによる★ プラスチック学習会

～大人も学ぼう！わりと知らないプラスチックの真実！！～

★私たちの生活の中で、何かと便利に使われている中にプラスチック製品があります。100円ショップなどでも手軽に購入できますが、プラスチックの性質を調べていくとゴミになるだけではなく、人間や生物にまで害をおよぼします。プラスチックが一度身体に入ってしまうと、ほとんど抜けることがなく蓄積されてしまいます。生体を浄化するためには、普段から資源が上手く循環できるように、身のまわりの環境に意識を持ち、プラスチックごみ削減を心がけるようにしましょう！

- 1 開催日時：2021年10月11日(月) 10:30～12:00
(受付・web入室10:00～)
- 2 参加方法：自宅からオンラインで参加(パソコン、タブレット、スマホから)
- 3 募集人員：20名 ※申し込み多数の場合は抽選になります。
- 4 参加費：無料 ※通信料は自己負担となります。
- 5 締切：9/17(金)
- 6 当選通知：抽選結果・詳細案内は9/30(木)迄にお届けいたします。
- 7 お申し込みはQRコードを読み取り、下記のメールからお申込みください。

ibaraki-kumiaiinkatudoubu@pal.or.jp

件名：「プラスチック学習」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 端末を教えてください。
- ⑥ 接続テストを予定しています。希望する時間をお選びください。
実施日 10/5(火)：(1) 10:30～11:30 (2) 13:30～14:30
※当日の参加をスムーズにするため、なるべくご参加ください。

こちらのQRから
お申込みできます



お問合せ先：パルシステム茨城 栃木 つちうらセンター組合員活動専用
0800-800-6664 (9:00～17:00 月～金)

◆お預かりした個人情報、参加集約や連絡の目的以外には使用しません。

★この機会にZoomレビューしてみませんか!!

今後オンラインによる企画開催を予定しています。

Zoom(オンライン会議)の入室の仕方、操作のいろいろを
センター委員が直接サポートします♪全く初めての方から、
パソコンはできるけれどZoomは初めてという方までOK!



初めは、はらはらドキドキしますが安心してください！意外と簡単です(^.^)。
コロナ禍でも安心してご自宅から企画・学習会への参加が可能になります。

・プラスチック学習会に参加したいけれど、接続方法がわからないという方の
ためにZoom講座を行います。センター委員と職員がわかりやすくサポートし
ます。(^^)♪。今後のオンライン企画に参加するためにも是非習っておきたいと
いう方もお待ちしております♪

・自宅からのオンライン参加は「プラスチック学習会」もそうですが、同時配布
の「このゆびと一まれ」でご案内している「パルの会」もオンライン参加型を予定
しています。詳細をご覧ください。



「はじめてのZOOM講座」教えます♪

- 1 日時：2021年10月8日(金) 10:00～11:30
- 2 開催場所：パルシステム茨城 栃木
スマイルパル土浦館(土浦市大畑 211-3)
- 3 参加人員：10名(参加費はかかりません)
(当日はご自身のパソコン・タブレット・スマホいずれかをお持ちください。)
- 4 申込み切：9/17(金)
- 5 当選通知：抽選結果・詳細案内は9/30(木)迄にお届けいたします。



★参加ご希望の方は上記問い合わせ先の「組合員活動専用」連絡先、
もしくは、右側のQRコードからお申込みください。
(参加者氏名、日中の連絡先、お使いの端末をお伝えください)



※新型コロナウイルス対策のため、マスクは必ず着用してください。

また、外出前に必ず体温測定をし、健康状態をご確認ください。企画当日は、検温、
健康状態カードへの記入をお願いいたします。

※今後の新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては、急遽中止となる場合ござい
ます。あらかじめ、ご了承ください。



オンラインパルの会



開催に向けて！

“選ぶで変わる”ほんもの実感くらしづくりアクション2021

「パルの会」とは・・・

おすすめ商品を中心に気に入りの商品や美味しい食べ方を紹介し合ったり、自宅に届いた商品で各自が料理をして試食し、それをもとに話し合い、パルシステムのいろいろな情報を学び交流できる場です。

★1回目のパルの会・・・

商品学習会(重点サンプル商品をご自宅へお届けし、試食していただきます。)

★2回目のパルの会・・・

試食していただいた重点商品についてアレンジ交流。

2回シリーズでオンラインZoom開催を予定しております

重点商品

★圧搾一番搾り菜種油

●パルシステムの『圧搾一番しぼり菜種油』は圧力で搾った「一番搾り」のみ。

●加熱に強く、酸化しにくいので、使った後にきちんとこせば、くり返し使えて経済的です。



★産直大豆無調整豆乳 (AB)

●サラッとした飲み心地!!
●産直産地「JA おとふけ (北海道) の大豆を使用。



■パルの会の詳細については同時配布の「このゆびと～まれ」でも開催について掲載されております。ご興味のある方は、この機会にお申込みしてみませんか？

■センター広報紙「パルふれんず」11月号で改めて募集いたします。ご質問等がございましたら、下記までご連絡ください。

お問い合わせ先：組合員活動専用

0800-800-6664 (9:00~17:00 月~金)

～各エリアセンター委員による商品モニター活動8月～

10/1 回
コトコトのみ
11/1 回
コトコト/きなり



★ふっくらお好み焼き粉 (国産小麦) 450g

●国産山芋を加えたふっくらと仕上がるお好み焼き粉。



●だしの風味が楽しめるお好み焼きが手軽に作れます。

●ニラをたっぷり入れて薄く焼けばチヂミ風にも！

お好みの具材を追加してさらに美味しく!!



☆試食感想☆・・・生地大好きなシーフードミックスと刻み紅ショウガを加えて焼きました。具材はシンプルでも旨味のだしが効いていてふっくらと仕上がりが美味しかった。水分量を増やせばもんじゃ焼きも楽しめそう!!



「アボカドの種を育てて楽しもう！」

★アボカドは種も楽しむことができます。

食べ終わった種はそのまま、おしりを水に漬けておくといつの間にか根がでます。(ペットボトルの飲み口を切って種を載せると便利です)

2ヶ月から6ヶ月ぐらいかかりますが、その間水を切らさないでおきましょう！

『アボカドの種は放っておくと干からびて簡単に皮がむけるようになります。皮をむいた方が、発根が少し早いような気がします』

根が2cmぐらいになったら土に植えます。

あとは芽が出るのを待つだけ。

大きくなって葉が伸びてきたら植木鉢に移してお部屋に飾りましょう。

一年中
グリーンが
楽しめます



by K・Tさん