

# みとっばる便り12月

パルシステム茨城 橋本 みとセンター

発行日:2021年11月29日

発行:みとセンター委員会

発行責任者:センター長 佐藤

問い合わせ先:0800-800-6648

街にはクリスマスソングが流れてきれいなイルミネーションに、  
こころもウキウキする季節となりました。パルシステムの美味しい  
食材で元気に良いお年をお迎えください。

## 今後のセンター委員会企画予定

■ パルの会 第3回 12/14(火)

■ シルバーいきいきサークル 12/2(木)・1/6(木)

■ 寄せ植え教室 12/1(水)

■ はっぴいママクラブ 1/27(木)



### 10/6(水) 心理ケア講座

#### 「癒しの部屋」開催しました

心理カウンセラーの山田雅子先生を講師に迎えて心理ケア講座「癒しの部屋」を行いました。

先生の子育て体験をもとに、本当の幸せとは何か?というお話を伺いました。サロン形式で和やかにすすめられました。



#### 【参加者の声】

- ・先生の穏やかな口調にとても癒されました。

### みとパルの会 それってなに?

第1回『圧搾一番しぼり菜種油』 10/19(火) 開催

『圧搾一番しぼり菜種油』について詳しい製法を見て改めて安心安全であるということに参加者とともに再確認できました。おすすめメニューや子供たちでも楽しく簡単に作れるマヨネーズの紹介やおもしろO×クイズもあり、盛り沢山でした。



#### パルの会に参加してみて・・・

- ・薬剤を使わない製法を知りました。
- ・商品を知ることがとても大事だと思いました。
- ・和気あいあいとした会でした。

### palくらぶ『平和国際』 国連SDGs講演会

10/25(月) 開催

今 知らなきゃいけない LGBT ~今日から当たり前が変わる~

Zoomでレインボー活動家の滑川友理さんの講演会をしました。性差別撤廃のテーマでLGBTとはなにか?多様なセクシュアリティとは?なぜ偏見を持つのか?性的指向&性自認ハラスメント等について知りました。性自認は、自発的な決定なので本当に当事者の意思の問題です。周りでもとやかく言うことではなのです。グローバル企業組織も取り組みを進めています。絶対やってはいけないこと アウンティング(本人の了承を得ずに性的指向や性自認について公開・暴露してしまうこと。)親の重要性やLGBT関連法や制度、当事者の生きづらさなどを考えると他者に対してみんなが意識することが必要なのだと学びました。



## 親子参加企画

クイズで  
参加型企画も！

親子で人参の畑や  
収穫方法を  
見てみよう！

### Zoomで葉菜野果産直に行ってみよう！

葉菜野果産直は茨城町を中心に水戸市、鉾田市、小美玉市、笠間市に  
葉菜野果産直は茨城町を中心に水戸市、鉾田市、小美玉市、笠間市に  
在住している生産者グループです。

いろいろな野菜(トマト・小松菜・にら・水菜・サツマイモ・人参・ごぼう・  
長いも・ジャガイモなど)をエコ・チャレンジで栽培しています。

#### ◆内容◆

- ・葉菜野果産直、代表の井川さんによる産地の取り組み紹介
- ・女性部のお母さんによる干し芋の作り方紹介  
(自宅で作る方法もご紹介します)
- ・オンラインで人参の畑を見てみよう！
- ・女性部のお母さんオススメレシピの紹介
- ・野菜のクイズ大会(プレゼントが当たるかも?)

干し芋の  
ふかし方の  
コツも！

日時 2022年1月15日(土)10:00~11:30

参加 各自自宅より zoom 参加

参加費 一組300円(パルシステム商品のプレゼント付き)

定員 15組 申込多数の場合は抽選。全員にメールでご連絡します。

問い合わせ みとセンター内 0800-800-6648  
(月~金 9:00~17:30)

申込はこちら→



※干し芋作りの工程は、交流の一環で行う内容です。

生活支援たんぽぽ企画

## 第2回

## 親子の居場所参加者募集



親子で体操や工作を楽しみませんか。  
大型紙芝居も予定しています。

日時 2022年1月13日(木)10:30~12:00

対象 0歳~3歳までのお子さんとその保護者(組合員)

参加費 1回100円/一組 ※材料費等として。利用代金より引き落とし。

定員 親子5組(親1人・子1人)

申し込み多数の場合は、抽選。当選結果及び詳細は後日、郵送。

場所 パルシステム茨城 栃木みとセンター

(東茨城郡茨城町桜の郷1000-1)

\*生活支援たんぽぽとは、組合員が「困った時はおたがいさま」の気持ちを大切に自分の出来る範囲で無理なく助け合う活動です。活動メンバーに登録した組合員が日常の「ちょっと困った」をお手伝いします。

問い合わせ 生活支援たんぽぽ事務所 0120-167-721  
(月~金 9:00~17:30)

申込はこちら→



みんなで  
楽しい！  
気軽に！

申込締切 12月10日(金)