

みとっばる便り1月

バルシステム茨城 栃木 みとセンター

発行日:2022年1月4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

謹賀新年

昨年中はバルシステムの活動や取り組みにご協力をいただき誠にありがとうございます。

コロナウイルス感染症はまだまだ予断の許されない状況にございますが、今後も組合員の皆様の生活を支えていくという使命感を持って取り組んで参ります。本年もバルシステム茨城 栃木みとセンターどうぞ宜しくお願い申し上げます。

みとセンター センター長 佐藤



今後のセンター委員会企画予定

- シルバーいきいきサークル 1/6(木)・2/3(木)
- Zoom 産地交流
親子で葉菜野果産直に行ってみよう! 1/15(土)
- はっぴいママクラブ 1/27(木)

みとパルの会 それってなに?

第2回『産直大豆無調整豆乳』 11/9(火)開催

今回は、パルの「産直大豆無調整豆乳」の材料や製造方法、種類等についてスライドで説明を聞きました。豆乳には身体に有用な効能(植物性タンパク質が多い。女性ホルモンをサポートするなど)が沢山あることをクイズ形式で知ることができました。またいろいろなレシピや商品の話で盛り上がりました。



パルの会に参加してみても・・・

- ・正しい知識が深まった。
- ・豆乳はけっこう使い道が多いことを知った。

はっぴいママクラブ

第4回 11/25(木)開催

『英国ピーター・ウォーカー公認ベビーマッサージ&キッズヨガ講師』の田上先生をおまねきして親子9組の皆さんに楽しんでもらいました。



【田上先生より】肩から指先まで肩腕の重さは約キャベツ2個分もあることをご存知でしたか。それだけ大きなお野菜の重さに加え、たくさんの荷物や赤ちゃんを抱っこして歩くことで、体には相当の負担がかかっています。寒い季節は特に首や肩・背中の筋肉も固まりがち。腕の重みを解放し、筋肉をゆるめ痛みを和らげるためにも、時々両腕を高く持ち上げてみましょう。両手の平で天井を押し上げるように、ゆっくりと腕を伸ばし深呼吸をするのがオススメです。(腕が上がらない、痛みがある、そのような時には無理をせず。できる範囲で簡単ストレッチ&こまめな深呼吸をどうぞ!)

寄せ植え教室

12/1(水)開催

講師 ㈱バルシステムイーストのデュアルガーデン

今回も募集人数を越える申込があり、より多くの組合員に参加いただけるよう二回に分けて行いました。寄せ植えのデモンストレーション後、各自好きな花を69種類のたくさんの花の中から迷いながら選んで鉢に植え込み、完成。今年は新年に向けてのお部屋用にとカラー、オンシジウムロゼ(ラン)もあり、家庭用にと、また、家で寄せ植えをしたいと購入する姿も多くみられました。コロナに負けず、いつまでも美しいお花を楽しんでください。



<ゲノム編集と私達の食べ物>

ゲノム編集を知っていますか？

～ゲノム編集と遺伝子組み換えの違い 基礎知識～

医療の現場でも最近話題になっているゲノム編集。私達の身近な食べ物にも関わってきています。すでにゲノム編集食品として、トマト・真鯛・トラフグが商品化されています。

今回、食政策センター・ビジョン21代表 安田節子氏からゲノム編集食品と食べ物の安全について、わかりやすくお話ししていただきます。この機会に私達が口にする食べ物について考えてみませんか？

今回参加されアンケートに答えてくださった方の中から抽選で10名様にパルシステム商品の詰め合わせをプレゼントします。ぜひご参加ください。

日時：1月22日（土）10：00～12：00（受付9：45～）

方法：各自自宅よりオンライン（ZOOM）参加

定員：100名応募者多数の場合は抽選。

詳細は後日お知らせ。

参加費：無料

申込締切：1月14日（金）

申込フォーム



<安田先生プロフィール>

食政策センター・ビジョン21代表。NPO法人「日本有機農業研究会」理事。一般社団法人アクト・ビヨンド・トラスト理事。日本の種を守る会常任幹事。1990年～2000年日本消費者連盟で、反原発運動、食の安全と食糧農業問題を担当。1996年～2000年市民団体「遺伝子組み換え食品いらない！キャンペーン」事務局長。表示や規制を求める全国運動を展開。2000年11月「食政策センター・ビジョン21」設立。

お問い合わせ 地域活動推進部 電話 0120-303-169（月～金 9:00～17:30）

あなたの知らない

お子さんにも
大人気のプリン！

カスタードプリンのお話



パルシステムのカスタードプリンはシンプルそのもの。使用している原料は、卵・牛乳・砂糖だけ。「お母さんの手作りおやつのように！」と組合員に大人気の商品です。今回カスタードプリンを製造する(株)茨城乳業を講師にむかえ学習会を開催します。一緒に美味しさのこだわりを探しましょう！

オンライン開催なので、ご自宅からゆっくりと視聴できます！

ZOOMが初めての方には事前に接続方法をお知らせします！

日時：2月21日（月）10：30～12：00

方法：各自自宅よりオンライン（ZOOM）参加

定員：20名 応募者多数の場合、抽選。

詳細は後日お知らせ。

参加費：無料

申込締切：1月21日（金）

申込フォーム



お問い合わせ みとセンター内

電話0800-800-6648

（月～金 9：00～17：30）