



ばるばる

パルシステム茨城 栃木
～なかセンター広報誌

発行: なかセンター委員会

発行責任者: センター長 河原 昌紀

報告

R4.1.19

パルの会開催
参加者 17名

Zoom 開催にあたり
事前にオンライン学習会を実施、
6名参加

「産直大豆無調整豆乳」使用…**豆乳担々うどん**

- ・パワーポイントで「産直大豆無調整豆乳」商品説明 & 楽しい知得クイズ
- ・動画を見ながら調理説明

オンライン交流

- ・所要時間はどの位?
 - ・うどんのかわりにそばでも大丈夫?
 - ・辛いのが苦手、豆板醤入れなくても大丈夫?
 - ・常温保存可、開封後が消費しきれないので…?
 - ・カルシウム豊富な牛乳、豆乳にはないのでどのように補足したら良いの?
- …などなどの声にスタッフからの回答や参加者からのアドバイスで互いに勉強になる素晴らしい交流会でした。お子様と一緒に参加された方は、「豆乳を使ったメニューやアイデアが色々聞いて良かった。このご時世、子供が居ても参加しやすいオンライン開催は良かったです。」と感想が届きました。

募集

「マイタイムラインを作ってみよう!」 palくらぶ ここに種をまくいざという時慌てずに行動するために「いつ、何をするか」など、あらかじめマイタイムライン(避難計画)として整理してみましょう。自分が取べき行動を整理し、あなただけの避難計画を作成するワークショップです。

日程: 3月21日(月)10:00~12:00(受付 9:45~)

会場: 自宅よりオンライン(Zoom)で参加

定員: 20名 参加費: 無料 申込締切日: 3月11日(金)

きりと

「マイタイムラインを作ってみよう!」 参加申込書

なかセンター行き 申込み締切 3/11(金)

組合員名

組合員番号

当日連絡のつく電話番号

メールアドレス

報告

親子で楽しく体を動かそう!
ヨガを通して体質改善!

1/18(火) ワークプラザ勝田

ヨガ講師 大沢由起子先生

親子
5組
参加

パルシステムの託児支援「ひまわり」
とのコラボ企画! 小さなお子さんの
見守りやお世話の協力の下、
お母さん達はゆっくり体を動かす
ことができました。



牛乳を飲む!

生乳 廃棄のおそれ!?

新型コロナの影響で、外食産業の停滞、消費の減少、学校給食の停止で生乳が余っています。生産者「生乳を捨てるのは、つらい。現状を知って、大人も子どもも牛乳を飲んでほしい!」ホットミルク、シチューなど、牛乳をのんで応援しよう!!



今後の予定

3/25(金) 寄せ植え なかセンター

※今年度もなかセンターの活動にご参加いただきありがとうございます。ごさいましく。来年度もぜひばるばるをご覧下さい。

春の寄せ植え教室

昨年10月に企画した寄せ植え教室は、台風のため残念ながら延期となってしまいました。
そこで今回、春の寄せ植え教室を再度企画しました！
緑は心を癒したり、くつろぎの空間を演出するのに最適です。
コロナ禍でたまったストレスも、素敵な寄せ植えを作って発散させましょう！

寄せ植えの基本的なことも教えていただけるので、寄せ植えの知識がなくても大丈夫。
また追加で、他の草花（デュアルガーデンさんおすすめの草花）の購入もできます。
これを機会におうち周りなども華やかにしてみたいはいかがでしょうか？

日時 **2022年 3月25日(金)**

開催場所 パルシステム茨城 栃木 なかセンター
〈那珂市横堀 840-5〉

時間 10:00～12:00（受付 9:45～）

※ 受付で、検温と手の消毒にご協力をお願いします。

講師 デュアルガーデン

募集人数 10名程度

※ 応募多数の場合は抽選になります。当落に関わらずお知らせします。

※ 参加決定者には、後日詳細ご案内をお送り致します。

持ち物 エプロン、筆記用具、水分など ※屋外で行いますが、マスクは着用願います！

予算 植木鉢込みで予算2,000円程度（当日、現金にて実費精算）

※ 植木鉢は持参してもOK。追加で、他の植物も購入できます。

託児無し 感染予防対策のため、ご了承下さい。

申込方法 下記の申込書（注文書と一緒に提出）もしくはこちらから →

申込み締切り **2022年 3月11日(金)**

お問い合わせ先 パルシステム茨城 栃木 なかセンター

TEL 0120-868-014

※ 感染拡大の状況により中止になる場合もございます。その際はお知らせいたします。

※ お預かりした個人情報、参加申込みの集約以外には使用いたしません。

..... きりとり

寄せ植え教室参加申込書

なかセンター行き

申込み締切 3/11(金)

※注文書と一緒に提出してください

組合員名 _____ 組合員番号 _____

当日連絡のつく電話番号 _____

メールアドレス _____

