



次回発行 7月4日週～配布予定

「つちうらセンター委員会」主催企画

実家片づけ講座



・自宅と会場から
オンラインで！

★実家片づけアドバイザーだからできる！

親とモメない介護と相続の不安を減らす～親子関係をプロデュース～

1 開催日時：**2022年7月19日(火)**

10:00～12:00 受付・web入室9:45～



2 参加方法：参加方法をお選びください

- ① パルシステム茨城 栃木 つちうらセンター現地参加
スマイルパル土浦館（土浦市大畑211-3）
- ②自宅からオンラインで参加（PC、タブレット、スマホから）

3 募集人員：①会場（18名） ②自宅（30名）

※応募者多数の場合は抽選となります。



4 講師：長峰 智子氏（実家片づけアドバイザー）

5 参加費：無料

6 締切：6月17日（金）

7 当選通知：抽選結果・詳細案内は7/8（金）迄にお届けいたします。

※オンラインの方はご自宅のWi-Fi環境を推奨、通信料は自己負担となります。
※会場参加の方は感染対策にご協力ください。（マスク着用・外出前の検温・健康カードへの記入）※感染状況によっては会場参加は急遽中止となる場合もございます。あらかじめご了承ください。

◆下記の申込用紙に必要事項を記入し注文用紙と一緒にご提出いただくか、二次元コードを読み取り、お申込みください。

キリトリ

7/19（火）「実家片づけ講座」参加申込書

つちうらセンター行き6/17（金）×切

コース番号	組合員番号	組合員名
参加者名	日中繋がる☎	
どちらかに○		①会場から ②自宅から

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。

7/18（月・祝）がん体験者が語る講演会

「食事を含む生活の変化と家族とのつながり」について
テーマ別組合員活動「福祉平和国際交流」主催の講演会が、
つちうらセンター内スマイルパル土浦館（土浦市大畑211-3）で予定されています。近隣での開催なのでぜひ足をはこんでみてください。

◆詳しくは、同時配布の6月号「このゆびと～まれ」をご覧ください。

2022年度 くらし活動助成基金 助成団体募集（7/1～7/31）

◎くらし活動助成基金とは・・・より良い暮らしをめざす先駆的な地域の取り組みに、パルシステム茨城 栃木が活動資金を助成する制度です。

★つちうらエリアでは今年度7団体が助成金を受けて活動しています。

- ①いきいきファーマーズ⇒地域コミュニティ交流事業高齢者・子育て支援
 - ②桜ニュータウン子どもの居場所「ワイワイクラブ」
⇒空き家を活用した子どもの居場所づくり
 - ③つくば子ども支援ネット⇒コロナ禍で困窮している家庭の支援
 - ④NPO法人いろり⇒シェアハウス運営事業
 - ⑤ami seed⇒食の支援を通じた人と人との繋がり絆を拓ける
 - ⑥認定NPO法人キドックス⇒保護犬と若者支援
 - ⑦NPO法人居場所サポートクラブロベ⇒子どもの第3の居場所事業
- ◆ホップ部門・ステップ部門・ジャンプ部門、それに加えてパル部門が新設されています。詳しくは7月号の「このゆびと～まれ」、HPをご覧ください。

募集予告

6月は水無月？！



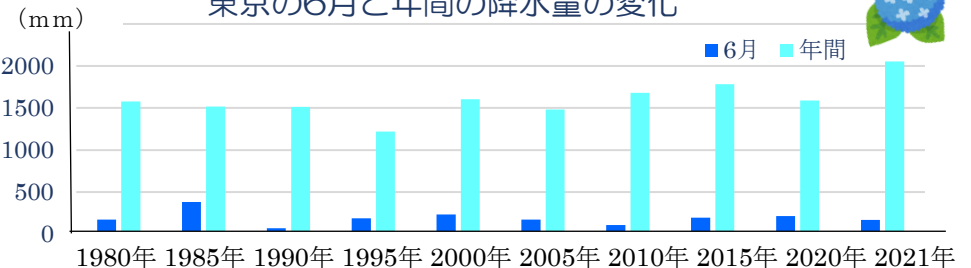
東京の降水量は、40年間で大きな変化はみられないが、2000年頃から増えてきている。

※日本の降水量は世界の平均降水量の2倍！☔

★降水量ランキング

- 1位 高知 2位 鹿児島
- 46位 岡山 47位 長野
- 16位 東京 29位 茨城

東京の6月と年間の降水量の変化



5/18 マスク映えするメイク&スキンケア講座報告

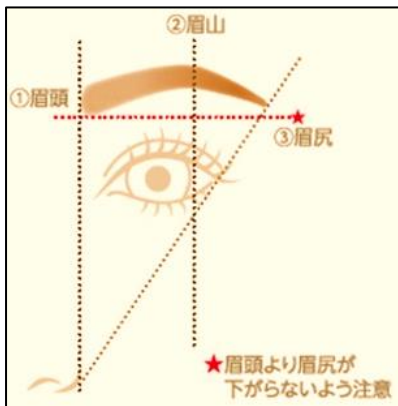
オンライン開催なので感染対策と同時に人目を気にしなくて良い、メイク道具を手元に置けるといったメリットもあります。

講師のジャパンビューティプロダクツさんは毎週配布の別カタログ「素肌時間」でおなじみの**プラセンタオールインワンジェル**や**レクティ**、**アクアフリエ**各シリーズなど、パルシステムオリジナル化粧品を製造する会社です。今回はマスクをしたときに気になるアイメイクや目元のケアを中心に教えていただきました。日々の洗顔、保湿、日焼け止めを忘れずに、ベースメイクが一番大事、そして眉やチークの描き方などを教わりました。またデコルテや手のマッサージも教えていただきました。

参加者からは、「商品の良さがよくわかった」「雑誌などでメイク方法を見ても良くわからない点が、実演で教えていただくととてもわかりやすかった」などの感想をいただきました。

気持ちよくマスクを外せるようになって役立つ内容でした。

美しい眉の描き方



プラセンタ
オールインワンジェル



プラセンタ
導入美容液



チークの入れ方



美容液
BB クリーム



アイブロウ



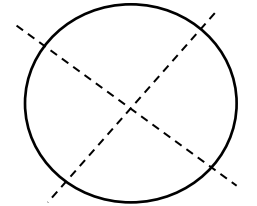
もっといい明日へ
超えてく * 今月の商品モニター報告 *

野付漁協は、北海道の東、別海町に拠点をもち、パルシステムと産直協定を結ぶ産地です。組合員も共に植樹活動を行ってきました。(詳しくはパルシステム HP をご覧ください)

コア・フード野付の産直ほたて 5~7粒 100g
次回企画：6月3回、7月2回



おすすめの切り方



こんな感じ♪

ほたてはお寿司などでは横向きにスライスするイメージがありますが、実は半解凍で縦に切るのが地元漁師さんのおすすめ！刺身で食べるとその甘さがよくわかります。とにかく大粒なのでバター焼など焼いて縮んでも食べ応え抜群！

コア・フード野付の秋鮭スモークサーモン 35g×2
次回企画：6月5回

スモークサーモンの燻製の香りと鮭の脂があいまってとっても美味しいです。クリームチーズやベビーリーフと盛り付けて、子どもが寝た後の大人のお楽しみタイムにいかがでしょう♪

