



ハッピー♪パル おやま



今年もよろしくお願いたします。
おやまセンター委員会一同

発行日:2023年1月9日 VOL.34
発行:パルシステム茨城 栃木
おやまセンター委員会
発行責任者:パルシステム栃木センター長 黒沼
問合せ先:0120-390-433

パルの会 「有機野菜でブーケサラダを作ろう！」

調理実習ではお一人ずつブーケサラダを作り、ヘルシーランチをお召し上がりいただきます。どんな有機野菜が登場するかは当日のお楽しみ♪

開催日時: **2023年2月24日(金)**

10:30~12:30 (受付開始:10:20~)

開催場所: パルシステム茨城 栃木 栃木センター 栃木県小山市横倉新田 198-1

講師: おやまセンター委員会

募集人数: 10名程度(大人の方のみ)

※応募多数の場合は抽選となります。当落・詳細案内は後日ご案内いたします。

参加費: 300円(有機野菜のプレゼント付き♪)

内容: パルシステムの有機野菜について動画や調理実習で学びます。

持ち物: エプロン、三角巾、ピーラー、飲み物、マスク、筆記用具

託児: お子さま1人につき300円(定員3名)

申込方法: 下記の申込書に記入していただくか、または右記の二次元コードより申込ください。

締め切り: 1月27日(金)

※新型コロナウイルス感染症予防対策(検温・健康カード)にご協力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、開催中止となる場合もあります。

※お預かりした個人情報、参加申し込みの集約目的以外には使用いたしません。



*作品例

新鮮・安心安全な有機野菜で素敵なブーケサラダを作ります♪
食材をかわいく変身させるテクニックも必見です♪おもてなしにもピッタリの華やかなサラダです。

有機野菜って？

「有機 JAS 認証」を取得した野菜。種をまく前2年以上と栽培期間中の畑に、化学合成農薬、化学肥料を使わずに育てたことが、政府の認可を受けた第三者登録機関によって証明された野菜です。農薬を使わないので虫喰いがある場合もありますが、畑の恵みそのままの姿です。

キ リ ト リ

「2/24(金) パルの会 有機野菜でブーケサラダを作ろう！」申込書

※記入して注文書と一緒に提出してください。締切 1/27(金)

コース番号	— — —	組合員番号
参加者氏名(フリガナ)		組合員氏名
日中繋がる電話番号	— —	
＜託児申し込み＞ ●お子さん氏名(フリガナ)		●性別: 男・女
●お子さんの生年月日(西暦): 年 月 日		●子どものアレルギー: 有・無

2022年度11/28(月)センター委員合同交流会報告

～活動組合員のセンター委員が集まり交流会を開催しました～

ベテランのセンター委員さん同士だと合同交流会で会えるのを楽しみにしているらしく、Zoom 越しに「会えて良かった！」という感じで盛り上がっていました。子供繋がりではない関係が築けるチャンスですね。

会場と自宅からのZOOMにて参加を選べ、私はZOOMを選びました(時は金なりです★)沢山のエリアのセンター委員とテーマに沿って盛り上がりました。皆さん共通していえることは、企画も自分自身が楽しみながら取り組むことが大切！！です。もちろん、世代ごとのニーズをとらえていくことも大切です。その中で、【学びたい】【生産者さんと交流してみたい】そんな気持ちを現実に行けるのは、ずばり【センター委員】だから出来ることです。話し合う中で、楽しい、面白い、ためになる企画が生まれるってワクワクすることだと思いませんか？他のセンターの企画の裏話なども参考に、栃木センターの企画ももっと盛り上げていけたらと思った1日でした♪

※おやまセンター委員会では、一緒に活動をしていただける組合員さんを募集しています(^_^♪お気軽にお問合せ下さい。

11/29(火)石けん学習会報告

テーマ別活動組合員「環境」メンバーによる石けんの学習会が行われました。



環境にやさしい石けんを使用したお掃除の方法を、実演を交えて教えていただき、石けんをもっと使ってみたい！と大好評の学習会でした。広報誌でも一部お掃除方法をご紹介します！ぜひ普段のお掃除に取り入れてみてください♪

換気扇のお掃除

- ①油汚れをできるだけ取り除く。(洗剤の使用量を少なくするため)
新聞紙を丸めたもの、なるべく多く綿が入っている布でふき取るのがおすすめです。
汚れが固化している場合、ドライヤーで温め不要になったカードなどの角で落とす。
- ②アワアワ石けんを作る。



【用意するもの】

大きなビニール袋(45L)1枚、粉石けん(水ばしろう、やっぱり石けん)大さじ1、ぬるま湯(約40℃)500cc

【手順】

- ①ビニール袋に入れて口を閉じ、シャカシャカ振り、泡立てる。
- ②換気扇を入れたら2時間くらい浸けておく。その後、水洗い。(※塗装膜のはがれに注意して、浸ける時間は調整する。)

シンクの水アカのお掃除

【用意するもの】

クエン酸(小さじ1)、水(100ml)、スプレーボトル、スポンジ、ペーパータオル、ラップ、ゴム手袋

【手順】

- ①シンクの中のゴミや水分を取り除く。
- ②クエン酸を吹き付ける。
- ③キッチンペーパーを貼り付け、もう一度上からクエン酸液を吹き付ける。
- ④その上に、ラップをかぶせ、30分程放置する。
- ⑤ラップとキッチンペーパーをはがし、スポンジを使ってこする。
- ⑥水洗いをし、タオルでふき取って完了。



♪参加者の感想♪

- ・汚れや掃除場所に合った石けんの使い方がよくわかって大変有意義な時間でした。
- ・自然環境に配慮したお掃除方法でも十分きれいにできると実感しました。



◎総代について◎ 生協は組合員みんなのものです。だから、大事なことはみんなで決めます。でも全員が集まり話し合うのは難しいので、組合員の代表を選び、生協に意見を伝えます。それが、総代です。特別な経験や知識は必要ありません。総代の任期は1年。総代対象の見学会や学習会もあり、生協について幅広く知ることができます♪ 1/16 新規総代向けの説明会(栃木)、2/16 事業活動方針検討会議(県西・栃木)、3/24 総代オンライン学習会などを予定。

総代についての詳細はこちら↓

