



ぱるぱる

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

謹賀新年

2023



今年も楽しい企画を用意します。

どうぞよろしくお願いいたします。

なかセンター委員会一同

なかセンター委員会の2つの企画参加者を募集します。暮らしに役立つ情報を楽しく学び交流しましょう！

やさしい薬膳入門 参加者募集

女性特有のホットフラッシュやのぼせ、発汗など様々な心身の変化があらわれることがあります。楽しく元気に過ごすために、やさしい薬膳を学んで乗り切りましょう。

開催日時 2月9日（木） 10：00～12：00（受付9：45～）

開催場所 ワークプラザ勝田（ひたちなか市東石川1279番地）

募集人数 30名

※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。

開催内容 漢方の基礎知識と食材の組合せ（陰・陽）による料理提案。花粉症等の季節的な身体の不調や更年期特有の不調対策など。

講師 漢方薬局 Rin 鈴木貴善氏

参加費 無料

申込方法 下記の申込書を注文書と一緒に提出、もしくは
二次元コードから Web でお申込み下さい。



申込締切 1月20日（金）

（申込はこちら）

お問い合わせ先パルシステム茨城 栃木 なかセンター（パルシステム問合せセンター）

TEL 0120-868-014

※お預かりした個人情報は、参加申込の集約以外には使用いたしません。

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、中止になる場合がございますのでご承知おきください。

きりとり線

なかセンター行 <申込締切り 1/20（金）> ※注文書と一緒に提出して下さい

「やさしい薬膳入門」に参加します。

当日参加する方のお名前

日中連絡がとれる電話番号

申込み組合員名

組合員番号

オンライン
zoom 開催

パルシステム茨城 栃木 なかセンター委員会企画

みかんだけじゃないぞ!

～無茶々園の魅力を探ろう～

柑橘類の生産で知られている愛媛県の無茶々園ですが、地域に根付いた様々な取り組みをしています。

有機野菜、真珠、コスメなど。地域づくりへの熱い想いを聞いてみましょう!
お楽しみ抽選会もあります!!

開催日 : 2023年2月14日(火)

参加方法 : オンライン (Zoom) 開催

時間 : 10:00~11:45 (Zoom 入室 9:30~)

内容 : 無茶々園のあゆみや現在の取り組みについて、
現地の映像を交えながらお話していただきます。

講師 : 無茶々園 大津 清次さん、村上 尚樹さん

募集人数 : 20名程度

参加費 : 無料

申込方法 : 下記の申込書を注文書と一緒に提出、もしくは
二次元コードから Web でお申込み下さい。

申込締切り : 1月20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 (問合せセンター)

TEL0120-868-014

※参加者へは詳細案内を後日お送りします。

※お預かりした個人情報は、参加申込の集約以外には使用いたしません。



(Web 申し込みはこちら↑)

きりとり線

なかセンター行き <申込締切り 1/20(金)>

※注文書と一緒に提出して下さい

「無茶々園オンライン学習会」に参加します。

当日参加する方のお名前

日中連絡がとれる電話番号

※当日参加する方と組合員名が別の場合、必ず当日参加される方の連絡先をご記入下さい。

申込み組合員名

組合員番号