

うしくセンター便り 1月号

毎月第一週目に発行をしています

2023.01.01 第 180 号

発行：パルシステム茨城 栃木

うしくセンター委員会

発行責任者：センター長 岩淵

問い合わせ：0120-868-014



みなさん
たくさん笑顔
も共有したい
ぞあ。 M.C.

今年ほ
とらわれなくて
もっといい日々へ
超えてくぞあ
Aoki

今年も楽しめる企画を
考えていけたらと思います。
(K.I)

心穏やかに
一年すごせます
ように。
ヒミダ

つくばあ
20周年企画
が2弾リアル
お楽しみに♡

楽しく過ごす！
感謝の気持ちも
伝えます！！
N.S

センター長 岩淵 皆様
新年明けましておめでとう
ございます。
まだまだ、コロナ禍ではありますか
今年も、たくさん企画を
用意いたしますので、
ご参加をお願いします。

今年も、(N.S)
うしくセンターで
楽しく活動していきます
遊びにきてね

あけまして
おめでとうござい
今年も皆さんと一緒に
ステップアップ
していきます
組長

2023も
パルを良く知り
学び、楽しく健康に
すごしたいです
S.K

ながやく！ たのしく！！
心穏やかに一年を
すごしたい。
N.Y

うさぎ年です。
ピョンピョンとび跳ねる
よ～な年になりますように
今年もヨロシク
A.M

人とつながるって
本当に素晴らしい！！
今年も「いろはで
元氣」です

毎日が楽しく
なるように
「1じのゆとり」を
作る S.S

2023年も
組合員みなさんに
楽しんでいただける企画を
予定しています！！
ぜひ、参加下さい
お待ちしております
まお

11/17 えりも浜の母さん料理教室 開催報告

palくらぶ、palサークルの代表者とセンター委員会の交流を兼ねて、昆布の学習会と料理教室が開催されました。えりも岬の緑化事業や昆布が製品化されるまでの興味深い話の後は、浜の母さんと一緒に調理実習！えりもの食材を使った料理はどれも美味しくて簡単、しかもヘルシー\(^o^)/特に「とろろ昆布とかぼちゃの春巻き」は皆さんにおすすめしたい一品でした。家族を思いやる気持ちや昆布漁への想いを熱く語る浜の母さんから、私達もパワーをいただいて心身ともに大満足の交流会となりました♪



子どもとおとな「ねえねえ」「なっに？」の権利論

～子どもの権利条約 Zoom 講演会～ 開催報告

死と孤独の恐怖から解放されるために、甘えは子どもたちにとってなくてはならないもの。この言葉に衝撃を受けました。いまの子どもたちは周囲の顔色を伺い、忖度しがち。おとなにとっては扱いやすいかもしれないけれど、それでは子どもたちが健全に育つことはできません。豊かな物資と衛生的な暮らし、肉体的には恵まれていても、この国は子どもたちの精神面での幸福度が低いという調査結果があります。10代の死因のトップが自死である悲しい現実。子どもたちのすこやかな未来のために、おとなができることは・・・。

まずは子どもたちからの「ねえねえ」という声掛けに、真摯に向きあってみませんか？



11/26 うしくセンターにて開催

「オンライン」こどもクッキング「クリスマス Ver のオムレットを作ろう！」開催報告



12/17 うしくセンターに愛くるしいサンタがやってきました♪

子どもたちが「出来た～！」と見せてくれたオムレットはそれぞれいろいろな工夫がありとても美味しそうでした。進行具合を確認しながら声掛けしたり、参加者から質問を頂いたり、リアル開催ではないけれどちゃんと繋がっていることを実感できる楽しい時間となりました。今回はテーマ別組合員活動「食育」とのコラボが実現。調理の手際よさや参加者への配慮など、センター委員の今後の活動において勉強になることもたくさんありました。それを活かして今後も楽しくて身になる企画を考えて参りますので、皆さんぜひご参加くださいね(*´ω`*)

パルの会第2回 キムチづくり開催！

12月14日、うしくセンターにJAつくば市谷田部産直部会のエコ・チャレンジ生産者の小川さんをお迎えして、白菜・ブロッコリー・長ネギの生産方法やご苦労についてのお話からスタートしました。小川さんのブロッコリーは太陽熱を利用した土壌



消毒で病害虫を抑えているとのこと。こうして生産者から直接お話を聞けるのも「パルの会」のよいところですね！さて、今回手づくりに挑戦するキムチは10種類もの食材を使った本格的なもの。参加者から「なかなか自分ではできないので楽しみにしていた」との声が聞かれました。作業のあとはお楽しみのランチ。キムチうどんと小川さんのブロッコリーに舌鼓を打ち、終了となりました。熟成期間は3日～1週間ほど。

美味しいキムチが出来上がりますように♪

センター委員によるモニター活動報告

素材で選ぶカロリーーフマヨネーズタイプ

産直卵と压榨一番搾り菜種油を使用。素材にも味わいにもこだわったマヨネーズです。

カロリーーフのマヨネーズはあまり美味しくないイメージがあり、購入したことがなかったけれど…これはコクがあり酸味もちょうどよく、とても美味しくビックリしました。そのままはもちろんドレッシングにプラスしたり、色々楽しめました。リピ決定です！（S.S）



産直大豆の絹生揚げ

希少な国産・産直の大豆と压榨一番搾り菜種油を使用。外は香ばしく、中は大豆の甘みを味わえる仕上がりに。

中がもちもち！フライパンで外をカリカリに焼いて、薬味としょうゆで食べる。簡単だけどやっぱりこれが美味しいです。消泡剤を使わず、産直大豆と压榨一番搾り菜種油で作ったシンプルで安心安全な厚揚げなので、我が家はいつも注文しています♪（S.K）

