

フレッシュ!!ひたち

パルシステム茨城 栃木 ひたちセンター

発行日：2023年1月号

発行：ひたちセンター委員会

発行責任者：ひたちセンター長 大内圭

このフレッシュひたちは、ひたちセンターエリアの組合員活動をお知らせするために、毎月発行する広報紙です。



あけまい おめでとうございます

組織合同20周年記念企画イベント第1弾

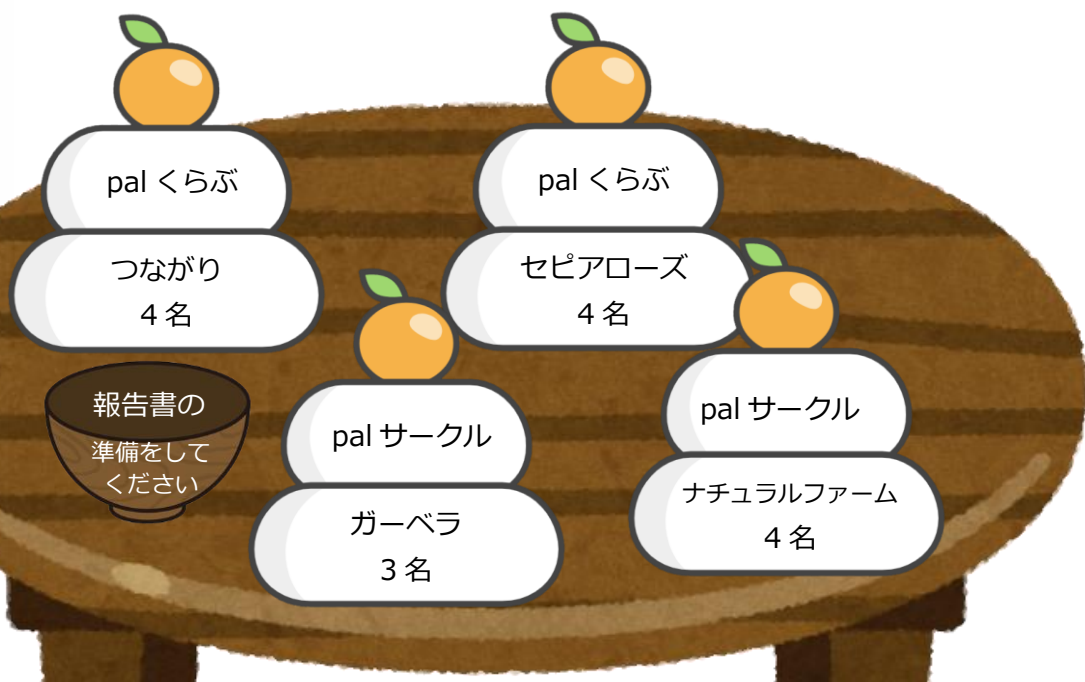
は
ひたちセンターにて、皆さま方のご協力をいただきまして

好天候の中で祝賀会を開催できました。

第2弾は、日立館内にて1/20(金)に開催する予定です。



Palくらぶ
pal サークル
伝言板



冬場の大根は旨い!!

糖しぼり大根

皮をむいた大根...1kg

砂糖...200g

塩...大さじ2

酢...大さじ4

※袋の口は
輪ゴムで
止める

(ビニールの袋)



ご家族に人気のお漬物デス♪

募集中!

pal*system
パルシステム茨城 栃木

漢方学習会

2023年 2月23日(木・祝)

AM10:00~12:00

場所: エンジョイパル日立館(末広町)

参加費: 無料



講師: 鈴木 貴善 氏

(水戸市見和にて、漢方薬局 Rin を開業)

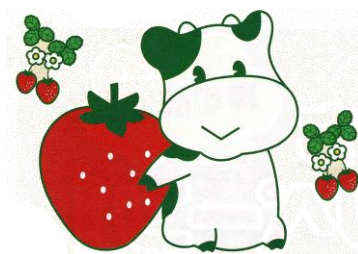
ひたちセンター委員会は、多面的に活動を広げている中で
初めて漢方学習会を開催します。

- 中医学(漢方)の基礎知識 + 食養生 + 試飲
- 食材の組み合わせ(陰と陽との分け方)による料理提案
- 季節的な身体の不調対策(例:花粉症対策)など



ぜひ、この機会に参加して漢方に対する
正しい知識を学んでみましょう!!

年の初めは、主婦にとっていつも多忙な日を送ってしまいます。
が、2月に入れば、いつもの生活に戻れる頃かと……
皆さんと集まって学び、健康寿命を延ばす秘訣を
聴いてみませんか〜♪



- ◆申込者多数の場合は抽選となります。抽選結果、ならびに詳細案内は後日お知らせします。
- ◆個人情報保護法に基づき、お預かりした個人情報は、今回の目的以外には使用いたしません。

【問合せ先】 組合員活動専用
フリーダイヤル(増子)
☎0800-800-6627

申込締切日: 2023年1月20日(金) 必要事項を記入の上、注文書と一緒にわかりやすいようにご提出ください。

「漢方学習会」参加申込書

ひたちセンター行き

申込締切日: 2023年1月20日(金)

組合員名	組合員番号	電話番号

※申込者多数の場合は抽選となる場合があります