



暮らし見直しの会

①(ゼロ)から始める、投資(NISA・iDeCo)のキホン

2024年 NISAが大変身!

NISA・iDeCo活用で資産運用と年金づくり

投資は長くコツコツが基本と言われています。節税しながら資産を増やすiDeCo・NISA・つみたてNISAの活用法と2024年からの新NISA制度について初心者にもわかりやすくお話していただきます。

【日程】 **6月10日(土)**
10:00~12:00(受付9:45~)

【会場】ザ・ヒロサワ・シティ会館
(茨城県民文化センター)
分館2階 集会室10号
(水戸市千波町東久保697番地)
もしくはオンライン「Zoom」

【対象】組合員限定/全エリアOK
【定員】会場50名/オンライン50名
※オンライン注意事項:会場の様子を後方の定点カメラでご覧いただけます。資料は画面共有し、講演会終了後、参加者のみにお送り致します。

【参加費】無料(駐車料金はご負担ください)
【講師】井戸 美枝 氏
【申込締切日】5月26日(金)



web申込はこちら

*この講演会は日本コープ共済連の助成を受けて開催致します。

講師
プロフィール

井戸 美枝 (いど・みえ)氏

CFP®、社会保険労務士。講演や執筆、テレビ、ラジオ出演などを通じ、生活に身近な経済問題をはじめ、年金・社会保障問題を専門とする。社会保障審議会企業年金個人年金部会委員21年3月まで務める。4月からは、国民年金基金連合会理事(非常勤)。経済エッセイストとして活動。「難しいことでもわかりやすく」をモットーに数々の雑誌や新聞に連載を持つ。近著に「一般論はもういいので、私の老後のお金「答え」を下さい!」(日経BP社)「残念な介護、楽になる介護」(日経プレミアンシリーズ)「今すぐできるiDeCoとつみたてNISA超入門」(扶桑社)などがある。著書多数。80万部を超える。

〈国内農業を守る活動〉2023年度(大豆)トラスト活動

夏休みの宿題にも!

自宅で枝豆を育てよう!

参加者募集

【日程】年間登録
【対象】組合員限定/全エリアOK
【定員】30名
※応募者多数の場合は抽選。抽選結果・詳細内容は後日お知らせします。

【参加費】①大豆で受取+自宅で枝豆を育てよう 1,600円
②味噌で受取+自宅で枝豆を育てよう 3,800円

【共催】やさと農業協同組合
【申込締切日】5月19日(金)



web申込はこちら

*申込者を対象に9月頃に交流園場(いばらきフラワーパーク近く)で枝豆収穫体験と除草作業のご案内をお送りします。

6月2日



3粒の種を蒔きました。

7月17日



立派な株になりました。

8月22日



しっかり実った「ゆかたむすめ」を収穫

①初めての枝豆栽培。どんな枝豆が顔を出すのだろう!?ワクワクしながらの収穫体験。
②早速、茹でて試食♡甘くて、豆の味が濃厚。実に美味しかった。「来年も挑戦したい」と家族で意見が一致しました。

◎参加者の栽培日誌をご紹介します

〈日本生協連〉

2023 ピースアクション in ヒロシマ 平和スタディツアー 参加者募集

日本生協連では、戦争の悲劇が二度と繰り返されないよう、被爆地を訪問して戦争と核兵器の被害を肌で感じ、若い世代に平和の思いを継承するためのスタディツアーを行っています。自分の目で見て、肌で感じることは、何ものにも代えがたい経験となります。この夏、親子で命の尊さを学び、世界に視野を広げてみませんか。まずは事前説明会にご参加ください。

【日程】

① 5/27(土) 10:00~11:00予定	事前説明会(オンライン) ※説明会への参加は大人のみ可。
② 7/8(土) 午前中	平和スタディツアー学習会 (オリエンテーション)
③ 8/4(金)~6(日) 広島市内	戦争遺跡巡り・ワークショップ・ 平和記念式典鑑賞等を予定
④ 8/27(日) 午前中	平和スタディツアー報告会 (水戸市)

【対象】左記①~④に参加ができる方

・小学4年生以上(推奨)~高校生と保護者(組合員とその家族)
【定員】親子2組(1家族3名まで)
【参加費】子ども:15,000円
大人(中学生以上):20,000円
(8/4~8/6の東京~広島、往復新幹線代・宿泊費込)
【主催】日本生協連
【協力】茨城県生協連 ピースアクション実行委員会
【申込締切日】5月19日(金)

web申込はこちら



※中学生までは保護者の同伴が必須となります。
※内容や移動、現地でのスケジュールを考慮して、小学校4年生以上を推奨しています。
※説明会で、スタディツアーの主旨・内容をご理解いただいたから正式な申込となります。
※②の会場は、参加者のお住まいの地域を考慮して決定致します。
※申込者多数の場合は選考させていただきますので、あらかじめご了承ください。

【パルシステムの平和活動 特設ページ】

(二次元コードからご覧ください。)
「話そう!平和のこと」
パルシステムは、平和とくらしを守り、争いのない世界を次世代に手渡すために、私たち一人ひとりができることを呼びかけています。



【申込方法】特に指定がない場合、下記の申込用紙を注文書と一緒に提出いただくかホームページ申込フォームでお申込みください。

次回6月号の配布は6月5日(月)~6月9日(金)

パルシステム茨城 栃木 イベント情報

検索



パルシステム茨城 栃木
ホームページ
イベント情報は

この紙面はホームページでも見ることができます。

※お預かりした個人情報は、登録・参加申込み集約の目的以外には使用いたしません。

「ゼロから始める投資(NISA・iDeCo)のキホン」参加申込用紙

申込締切日 5/26(金)

地域活動推進部行き

組合員名	組合員番号
連絡先電話番号	参加方法 <input type="checkbox"/> オンライン参加 <input type="checkbox"/> 会場参加
参加者名	

2023年度「自宅で枝豆を育てよう」登録申込用紙

申込締切日 5/19(金)

地域活動推進部行き

申込組合員名	組合員番号
連絡先電話番号	
※ご希望のコースに○印を付けてください	
<input type="checkbox"/> ① 大豆で受取+自宅で枝豆を育てよう	1,600円
<input type="checkbox"/> ② 味噌で受取+自宅で枝豆を育てよう	3,800円

「ピースアクションinヒロシマ」参加申込用紙

申込締切日 5/19(金)

地域活動推進部行き

組合員名	組合員番号
連絡先電話番号	
参加者名	選択/子どもは年齢・学年
	<input type="checkbox"/> 大人 <input type="checkbox"/> 子ども(歳 / 年生)
	<input type="checkbox"/> 大人 <input type="checkbox"/> 子ども(歳 / 年生)
	<input type="checkbox"/> 大人 <input type="checkbox"/> 子ども(歳 / 年生)
	<input type="checkbox"/> 大人 <input type="checkbox"/> 子ども(歳 / 年生)

〈パルシステム・ライフ・アシスタント〉

我が家の梅しごと

～梅干しと梅シロップを作ってみよう!～

今年は梅しごとを楽しんでみませんか?

チャック付き保存袋を使って梅干しを作ります。

まずは少量でトライ! 特別な材料も調理器具も

必要なしだから、誰でも気軽にチャレンジできますよ!

梅シロップ作りもデモンストレーションでご紹介します!



当日は梅500gで梅干しを作ります。

梅シロップのアレンジや試飲があります。

【日程】 **6月26日(月)**

10:30~12:00

【会場】 パルシステム 栃木センター

(栃木県小山市横倉新田198-1)

【対象】 組合員限定/全エリアOK

【定員】 20組

※応募者多数の場合は抽選。抽選結果・詳細内容は後日お知らせします。

【参加費】 梅干し材料代 500円

(梅500g・塩65g・氷砂糖50g)

【託児】 お子様1人に付き300円(定員3名)

【講師】 パルシステム・ライフ・アシスタント

【申込締切日】5月19日(金)

web申込はこちら



〈テーマ別組合員活動「福祉平和国際交流」〉

ケアラーがしあわせなら被ケア者もしあわせになれる!

いばらき ケアラー支援フォーラム

～地域でケアラーを支えるために～

「ケアラー・ヤングケアラー」と呼ばれる存在を知っていますか?家族などの身近な人を無償で介護・世話をしている方のことです。ケアラーになっても孤独を感じることなく幸せに暮らせる地域づくりを目指して、当事者や支援者、専門職、地域の方々が一緒になって考える機会をつくりました。みんなでケアラー・ヤングケアラーについて考えてみませんか?

【日程】 **6月3日(土)**

13:00~15:00

【会場】 牛久市中央生涯学習センター 多目的ホール (牛久市柏田町1606-1)

【対象】 組合員以外の参加OK/全エリアOK

【定員】 50名 ※応募者多数の場合は抽選。抽選結果・詳細内容は後日お知らせします。

【参加費】 無料

【講師】 松澤 明美氏 (北海道大学大学院保健科学研究 院創成看護学分野)

【託児】 お子様1人に付き300円(定員3名)

【主催】 テーマ別組合員活動「福祉平和国際交流」

【共催】 特定非営利活動法人ソフアソフ

【後援】 茨城県、茨城県社会福祉協議会、(一社)日本ケアラー連盟

【申込方法】 二次元コードより申込

【申込締切日】5月21日(日)

web申込はこちら



【講師プロフィール】

松澤 明美氏

北海道大学大学院 保健科学研究 院 准教授、(一社)日本ケアラー連盟 理事、看護職(保健師、助産師、看護師)

【スケジュール】

12:30 ▼受付

13:00 ▼第一部 インブットタイム 基調講演 松澤 明美氏

13:55 ▼第二部 アウトブットタイム グループディスカッション、

ポストイットづくり

14:45 ▼シェアタイム

質疑応答・つながりづくり等

15:00 ▼終了予定



令和5年度

シルバーリハビリ 介護予防体操

体操指導士3級養成講習会

受講生募集中!



受講資格 ● ①概ね50歳以上の茨城県民

②常勤の職に就いていない方

③地域で体操普及のボランティア活動ができる方

会場 ● 茨城県立健康プラザ(水戸市笠原町)

時間 ● 全5日間 9:30~15:45

講習内容 ● シルバーリハビリ体操と体操に関わる身体の仕組みを学びます

受講料無料

【お申し込み・お問い合わせ】
〒310-0852 水戸市笠原町993-2
茨城県立健康プラザ 介護予防推進部
☎ 029-243-4217
✉ kaigo1@hsc-i.jp (半角英数字)
http://www.hsc-i.jp

〈令和5年度 シルバーリハビリ体操指導士3級養成講習会 開催コース一覧〉

237コース	5/29(月)	6/1(木)	6/5(月)	6/8(木)	6/12(月)
238コース	6/6(火)	6/9(金)	6/13(火)	6/16(金)	6/20(火)
241コース	9/26(火)	9/29(金)	10/3(火)	10/6(金)	10/10(火)
242コース	10/2(月)	10/5(木)	10/12(木)	10/16(月)	10/19(木)
244コース	11/6(月)	11/9(木)	11/13(月)	11/16(木)	11/20(月)
245コース	11/14(火)	11/17(金)	11/21(火)	11/24(金)	11/28(火)

※上記は健康プラザが会場のコースです。

他にお住まいの市町村で開催されることもありますのでお気軽にお問い合わせください。

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、延期や中止となる場合があります。

応募方法 ● メール: 件名に「シルバーリハビリ体操3級講習会申し込み」と記載の上、①~⑤をご記入ください。

①〒・住所 ②氏名・ふりがな ③生年月日・年齢 ④電話番号 ⑤受講できるコース

※メールでの応募は、健康プラザより受取確認メールが届いた時点で申し込み完了となります。

申込締切 ● 各コースとも初日の10日前まで

※受講決定についてはメールにて順次通知いたします。

【申込方法】特に指定がない場合、下記の申込用紙を注文書と一緒に提出いただくかホームページ申込フォームでお申込みください。

次回6月号の配布は6月5日(月)~6月9日(金)

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、企画が中止や延期、もしくは参加方法が変更になる場合がございますので、あらかじめご承知おきください。

パルシステム茨城 栃木 イベント情報

検索



パルシステム茨城 栃木 ホームページ イベント情報ははこちら

この紙面はホームページでも見ることができます。

※お預かりした個人情報、登録・参加申込み集約の目的以外には使用いたしません。

きりとり

「我が家の梅しごと」参加申込用紙 申込締切日 5/19(金)

地域活動推進部行き

組合員名	組合員番号
連絡先電話番号	
参加者名	
託児の有無 無・有 ⇒ お子さんのなまえ(ひらがな)	年 月 日生 男・女
アレルギーの有無 無・有 ()	

「もしも私がおひとりさまになったら」参加申込用紙 申込締切日 5/26(金)

地域活動推進部行き

組合員名	組合員番号
連絡先電話番号	参加会場 <input type="checkbox"/> スマイルパル土浦館 <input type="checkbox"/> なかセンター
参加者名	
託児の有無 無・有 ⇒ お子さんのなまえ(ひらがな)	年 月 日生 男・女
アレルギーの有無 無・有 ()	