

みとっぼる便り6月

パルシステム茨城 栃木 みとセンター
発行日:2023年6月5日
発行:みとセンター委員会
発行責任者:センター長 佐藤
問い合わせ先:0800-800-6648

今後の予定と開催場所

6月 1日(木)	いきいき体操サークル	(みとセンター)
6月 6日(火)	おやこひろば	(みとセンター)
6月13日(火)	通常総代会	(ホテルレイクビュー水戸)
6月21日(水)	ストレッチヨガ	(みとセンター)
6月23日(金)	ストレッチヨガ	(みとセンター)

商品モニター報告

産直もちもち赤飯(パック) 160g×3
とても美味しいです。また、忙しいときにレンジで温めて食べることができるのでとても便利です。
パルシステムの『味付いなりあげ』を使って、この赤飯を入れると、豪華でおいしいおもてなし料理ができます。とても好評です。

お稲荷さんを作りました。
油揚げが染みたお赤飯も
美味しいですね。



※『徳用産直もちもち赤飯(パック) 160g×8』もあります。

活動報告

葉菜野果産直とのさつまいも栽培体験交流①苗植え

5月6日(土)葉菜野果産直にて大人16名、子ども12名、生産者・スタッフ含め40名でさつまいもの苗を植え付けしました。井川代表から説明を聞いてマルチの穴あけと苗植えをしました。苗は紅はるか4畝、紅あずま2畝です。植え付け終了後、葉菜野果産直に関するクイズをしました。人参の芽や収穫の様子などのクイズに子どもたちが元気よく答えてくれました。葉菜野果産直から野菜のプレゼントもあり、参加者からは「楽しかった」、「収穫体験は他でもあるが植え付けや草取りは貴重な経験」との感想がありました。



～Baby&Kids!～ おやこひろば

5月9日(火)みとセンターにて親子広場を開催し7組14名が参加しました。来た方から自由に好みのおもちゃで遊びました。おもちゃは、ボールプールや玉入れ、たけのこつり、トランポリン、ブロックなど様々です。今回は工作コーナーを設け、紙コップと輪ゴムで作る「ぴよんぴよんカエル」を作りました。思い思いにシールを貼ったり、かわいい目を書きながら親子で工作を楽しみました。前は恥ずかしがっていたお子さんも少しずつ慣れて、スタッフにもおもちゃをプレゼントしてくれました。同じくらいのお子さんをもつママ同士で会話も弾みました。



瀬戸大作氏講演会、フードバンク茨城のお話 主催/palくらぶ平和・国際

軍事費増強、増税や福祉削減、これからの暮らしに不安を感じませんか？

東京都庁での食料無料配布などの活動をしている一般社団法人反貧困ネットワーク（代表 宇都宮健児氏）。事務局長で元パルシステム連合会職員の瀬戸大作氏を招いて生活弱者支援の現場の声を伝えてもらいます。

助け合いの生協らしい共生社会、人権尊重、平和な暮らしとは？みんなで考えます。

NPO 法人フードバンク茨城からは取り組みについてお話いただきます。

日 時 7月22日(土)13:30～15:30（参加費無料）

会 場 セキショウ・ウェルビーイング福祉会館ホール 4F 中研修室
（旧茨城県総合福祉会館）水戸市千波町 1918

定 員 80 名

フードドライブ同時開催！未開封で賞味期限が
2か月以上ある常温保存可能な食品が対象です。

託 児 定員 2 名/月齢 4 か月以上/子ども一人につき 300 円

申込はこちら



大人のためのミュージックケア part2

～音楽でリラックス～

主催/palくらぶクローバー

音楽に合わせて体を動かしたり、打楽器を使ってリズムをとったり♪
心身共にリフレッシュしましょう！認知症予防にもなります。

日 時 7月26日(水)10:00～11:30

会 場 パルシステムみとセンター（東茨城郡茨城町桜の郷 1000-1）

定 員 20 名

参加費 100 円(商品サンプルあり/当日支払)

講 師 NPO 法人日本ミュージック・ケア協会 飯田 和子先生



申込はこちら



Dr. ナダレンジャーの科学実験教室

災害を引き起こす自然現象を、ミニチュアで再現するミニ実験ショー。
本当はこわい災害を、科学で「分かりやすく」「楽しく」解説します。
メカニズムを知ることによって災害時には自分を守ることもできる？

夏休みの自由研究に関するヒントが見つかるかも！

日 時 7月25日(火)14:00～15:30

会 場 セキショウ・ウェルビーイング福祉会館ホール
（旧茨城県総合福祉会館）水戸市千波町 1918

定 員 親子 40 組 参加費 無料(子どもに参加賞あり)



申込はこちら



～Baby&Kids～ おやこひろば

親子で一緒にゆっくり過ごします。絵本の読み聞かせも予定しています。

初めての方、大歓迎！その場でお友だちになりましょう。

出入自由、事前申込不要です。

お子さんに合わせた時間でご参加ください。

日 時 7月4日(火)10:00～12:00

会 場 パルシステムみとセンター

（東茨城郡茨城町桜の郷 1000-1）

参加費 親子一組 100 円



美しいからだづくり しなやかストレッチヨガ

ヨガはからだの調子だけでなく、心の緊張も解きほぐしてくれます。

知らず知らずのうちに凝り固まったからだを

ゆったりとした呼吸とともに癒しの時間を過ごしませんか。

申込多数のため2日間開催します。

各自、申込時に希望日を入力して下さい。

両日の参加はできません。

日 時 7月5日(水)または7月11日(火)10:00～11:30

会 場 パルシステムみとセンター（東茨城郡茨城町桜の郷 1000-1）

定 員 15 名(マタニティクラスではありません。)

参加費 100 円(商品サンプルあり)

講 師 カレッジとらいあんぐる 大沢先生



申込はこちら



<全イベント共通> 申込締切 6月16日(金)

お問合せ 電話0800-800-6648（月～金 9:00～16:00）

- ・応募多数の場合、抽選。詳細は後日案内します。
- ・お預かりした個人情報は本件に関するご案内にのみ使用します。
- ・感染症の拡大により中止、延期、内容変更等生じることがあります。
- ・外出時の検温・健康状態の確認、マスク着用でご参加ください。