

みとっばる 便り9月

パルシステム茨城 栃木 みとセンター
発行日: 2023 年 9 月 4 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

9月 5日 (火)	B a b y & K i d s おやこひろば	(みとセンター)
9月 7日 (木)	いきいき体操サークル	(みとセンター)
9月 15日 (金)	ストレッチヨガ	(みとセンター)
9月 20日 (水)	ストレッチヨガ	(みとセンター)
9月 26日 (火)	脳と身体を使ってシナプソロジー講座	(みとセンター)

おすすめ商品

「キャロっとさん」国産人参使用 (A B) 1 L

- ・ 自然な味でサラッと飲みやすい。
- ・ くせがないので人参嫌いでも飲める。
- ・ 価格がお手頃で嬉しい。まとめ買いをして常温保存できるのが良い。
- ・ 常備品におすすめ。



活動報告

葉菜野果産直さつまいも栽培体験②草取り

7月15日(土) 小雨の中、3組の組合員さんが参加して草取りをしました。雑草が立派に育っていましたが、皆さんの協力によりきれいに取ることができました。草取りの後は、生産者と一緒にスイカ割りやミニトマトすくいを楽しみました。楽しく交流しました。



pal くらぶ 平和・国際 瀬戸大作さん講演会・フードバンク茨城報告

7月22日(土) 平和の集いを開催しました。知らないことばかりでとても勉強になる内容でした。日本はとても良い国ですが、まだ社会の仕組みが整っていない側面もあるようです。

最後にフードバンク茨城の取り組みをお聞きました。フードロスなくすためにどうしたら良いのかを考える機会になりました。

他の国で実施している良い点をうまく取り入れながら、日本にあった形で無理をせず、進めていけると良いと感じました。



水戸の歴史を学ぼう

水戸の史跡を「水戸歴史アドバイザー」の案内で、偕楽園と水戸学の道を散策しながら、旧き良き水戸の史跡と街を再発見、水戸の歴史を学びませんか。

弘道館や展示館、薬医門、紅葉の美しい好文亭と陰と陽の美しい偕楽園等を見学します。パルシステムの商品を試食しながら交流しましょう。

申込時に参加者全員の生年月日をお伺いします。(見学先入場料の都合上)

<日時と場所> 一回のみの参加、両日の参加、いずれも可能です。

① 10月14日(土) 雨天時は10月15日(日)10:00~12:00

場所:弘道館／水戸市三の丸 1-6-29

② 11月23日(木・祝) 雨天時は11月26日(日)10:00~12:00

場所:偕楽園／水戸市常磐町 1-3

<参加費> 各回一人 100 円

<主催> 桜カフェ

申込はこちら



<全イベント共通> 申込締切 9月15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。

~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。

日 時 10月4日(水)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

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。

多くの組合員さんが参加できるように開催日を2日間としました。

希望日を選択して下さい。(両日参加は不可)

日 時 10月17日(火)または10月20日(金)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

