



ハッピー♪パル おやま



発行日 2024年 4月 1日 VOL 49
 発行 パルシステム茨城 栃木
 おやまセンター委員会
 発行責任者 パルシステム栃木センター長 黒沼
 問合せ先 0120-390-433

2024年度テーマが決まりました

『パルで体感!! わくわく発見!?!』

～目で見ても・感じて・未来へつなげよう～

2023年度がスタートした時期はコロナ禍でしたが、新型コロナウイルス感染症が5類感染症となり感染対策に気を付けながらも、対面でのイベント企画で組合員さんとの交流が増えました。おやまセンター委員会としても、楽しさと嬉しさの多い活動でとても良い一年になりました。

2024年度も感染対策をきちんとしながら、楽しく学び・わくわくするような体験を、パルシステムの組合員さんと一緒に感じ、活動していきたいとの思いから、このテーマに決まりました。

楽しい企画をいろいろ考えていますので、ぜひお楽しみに!!

今後の企画 予定

※ 現時点での予定になります
 詳細・募集は今後のハッピーパルおやまにて随時お知らせいたします

春

- ・ヨガ
- ・寄せ植え
- ・小川珈琲
美味しい珈琲の入れ方
- ・フレイル予防

夏

- ・アンガーマネジメント
- ・フレイル予防
- ・パルの会 ①
親子で魚を食べよう
- ・工場見学

秋

- ・パルの会 ②
お米の食べ比べ
お魚を食べよう
- ・防災について
- ・体操

冬

- ・パルの会 ③
有機野菜について
おさかなソーセージ
- ・体操
- ・味噌づくり

昨年度の様子



パルシステムグループでは「もっといい明日へ 超えてく」アクションをすすめています。昨年「お米で超えてく」をテーマに、お米の消費拡大と生産農家の現状などを組合員さんに伝えてきました。2024年度はさらに「お魚食べよう」をテーマに、さまざまな取り組みを通して私たちにできることをやってみませんか!!

お米の消費減少の原因・影響

- ・少子高齢化
- ・社会構造の変化
外食・中食の需要増
時短料理の拡大
- ・食の多様化
パン・めん類などの選択肢の拡大
ご飯の摂取を減らすダイエット
- ・生産者の手取り収入の減少
産地でのこめ余り
燃料や肥料の価格高騰
機材・人件費の高騰



パルシステムの取り組み

- ・予約登録米
田植え前に年間の定期購入の予約し
米生産者を応援する仕組み
- ・生産者との交流
収穫体験・試食
産地の現状体験
- ・お米の食べ比べ会
パル商品を使った料理企画
- ・企画の後に試食やお土産で商品を知ってもらう

パルのお米食べ比べ 好きな銘柄を見つけよう!!



2023 10/20



もっといい明日へ

お米で
超えてく



お魚食べよう



3/9
開催

ファイバーリサイクル

テーマ別組合員活動「福祉平和国際交流」



栃木センターでは初の開催でした。パキスタンのスラム地区の子どもたちへの教育活動を、支援展開している「日本ファイバーリサイクル連帯協議会」(JFSA)の活動の一環である衣類回収を実施しました。おやまセンター委員会からもお手伝いに参加しました。回収された衣類のゆくえや、スラムに暮らす子どもたちの現状などの話を聞くことが出来ました。今、日本で生活している私たちからは想像出来ない日常を送っている事実、衝撃を受けました。私たちの住んでいる世界・地球のために「いま」を知るところからはじめましょう!!

次回開催の際は、衣類回収活動にぜひご参加下さい!!

JFSAの活動・衣類のゆくえ

ファイバーリサイクル
の問い合わせ先
JFSA 千葉センター
(9:00~19:00木曜定休)
043-234-1206



JFSA 古着ショップ(千葉市・柏市)やフリーマーケット・イベントで販売し収益はJFSAの活動費になります

パキスタンの事業グループ(PJカンパニー)が輸出先にて販売し、収益はアル・カイルアカデミーの運営費になります



開催報告 カイロプラクティックで体操 3回シリーズ

毎回テーマに沿ったカラダの仕組みを学習して知識を深めてから、ゴムバンドで体操しました。初めは思うように動かなかったりしますが、だんだんカラダも温かくなっていくので自分のカラダが軽く感じました。パルシステムの商品や季節の行事などの交流会をして、組合員さんと楽しい時間を過ごしました。

- ① 1/11 冷えむくみ 血流を良くしてポカポカに
- ② 2/19 快適な睡眠のために 快眠のコツ教えます
- ③ 3/4 自律神経を整える 気持ちもカラダも軽やかに



参加者の感想

- ・気軽に参加できる
- ・自宅でも実践したいと思った
- ・血流が良くなった
- ・カラダの仕組みがよくわかった
- ・回数を増やしてほしい
- ・運動の大切さがよく分かった



産直小麦のうどん(乾麺)

4月 おすすめ商品ご紹介

500g 茹で時間 10分
228円 (税込246円)



リニューアル

- ・産直小麦粉(北海道のJA音更・小清水・長沼小麦使用)
- ・パルシステムPBの塩「海はいのち」

現行のまま

- ・麺の厚み(1.25~1.45mm)・幅(2.5mm)



小麦はうどん用に挽く場合、小麦の中心部のみですが産直化にあたり最大限に使用するため、表皮に近い部分も使用しています。そのため一般的な乾麺よりやや黄色味がかかります。

センター委員が食べてみました

常に常備しているうどん好きな我が家。今回新しくなったパルシステムのうどん、煮込みうどんやカルボナーラ、カレーうどんなどいろいろな調理で食べてみました。麺もしっかりしていて塩味もほどよく、胃にやさしいうどんでした。子どもにも大人にも好評で、いつも以上にたくさん食べました。皆さんにもオススメです。

