

みとっばる 便り4月

パルシステム茨城 栃木 みとセンター
発行日:2024年4月1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

4月 2日 (火)	おやこひろば 親子おにぎり作り	(みとセンター)
4月 4日 (木)	いきいき体操サークル	(みとセンター)
4月12日 (金)	やさしいリラックスヨガ	(みとセンター)
4月16日 (火)	すっきりハードヨガ	(みとセンター)
4月25日 (木)	コア・フード地鶏しゃもを食べよう	(みとセンター)
5月 2日 (木)	いきいき体操サークル	(みとセンター)
5月11日 (土)	さつまいも栽培体験 (苗植え)	(葉菜野果産直圃場)
5月13日 (月)	おやこひろば yumyum商品を試そう	(みとセンター)

おすすめ PB商品

産直小麦のうどん(乾麺)500g

北海道小麦の100%の産直小麦とパルシステムの塩「海はいのち」が原料。

こしと弾力があり、つるりとのごしなめらかなうどんです。

これからの季節にお勧めです。



パルシステム共済連「福祉・たすけあい助成金」企画 家族みんなの元気は毎日の食事から

2月5日(月)組合員14名参加。子どもの味覚を育てる大切さやバランスの取れた食事のとり方など講師によるお話を聞きました。さば味噌缶炊き込みごはんやピクルスを使った簡単レシピを試食しました。参加者からは、「妊娠中なので参考になった」、「栄養バランスの大切さ、子どもの関心を引くよう食材の色に配慮することも重要」など感想が寄せられました。



組織合同 20周年記念事業

旬のフルーツ試食&フェアトレードコーヒー試飲

2月27日(火)組合員17名参加。パルシステム連合会産直推進課職員下氏から、パルシステムの果物は気候変動の大変な中、化学肥料や化学合成農薬の使用を出来る限り減らす努力をし、育てられていることなどを聞きました。その後、コーヒーを試飲しながら旬のフルーツをいただきました。参加者からは、「食べたことがない種類もあって注文する参考になった」、「はっさくの味が予想よりも濃かった」、「柑橘類の食べ比べがとても良かった」、「産直の生産者の現場の状況が聞いて良かった」など感想が寄せられました。



～おやこひろば～
yumyum商品を
試そう！

申込はこちら



離乳食や幼児食など、yumyum 掲載商品を試食します。普段使っている商品や気になる商品など情報交換も。プレママもぜひご参加ください。当日の試食品は大人の方のみご試食いただきます。(お子さんの飲食は各自ご持参ください。)

日時	5月13日(月)10:30~11:30
定員	20名 ※子ども同伴可。
参加費	一人100円
場所	みとセンター(東茨城郡茨城町桜の郷 1000-1)

地鶏しゃもを食べよう
調理&試食

申込はこちら



しっかりとした弾力とうまみが特徴のコア・フード地鶏しゃも。

みんなで調理して試食します。地鶏しゃもは茨城県内にある北浦しゃも農場で飼育されています。

日時	4月25日(木)10:00~13:00
定員	20名
参加費	一人500円 ※組合員のみ。
託児	あり(一人500円、6ヵ月~、定員3名)
場所	みとセンター(東茨城郡茨城町桜の郷 1000-1)

さつまいも
栽培体験参加者募集

申込はこちら



パルシステムの産直産地『葉菜野果産直』にて、コア・フード基準のさつまいもを栽培します。苗植えから収穫まで楽しいこといっぱい！子どもたちは、のびのびと土に触れ、走り回り、虫を探したり、自然を満喫できます。初めての方も安心してご参加ください。

日程	①苗植え5月11日(土)9:00~10:00 ②草取り7月13日(土)8:00~10:00 ③収穫10月5日(土)9:00~10:00
場所	葉菜野果産直(東茨城郡茨城町秋葉)
定員	親子12家族
参加費	一家族 1,000円(3回分参加費として。欠席の場合も返金は出来かねます。年間登録制となります。)

※雨天時は翌日に順延。天候や畑の状況により日程や内容が変更となる場合があります。

やさしいリラックスヨガ
すっきりハードヨガ
参加者募集

申込はこちら



申込多数のため①または②いずれか一日の参加となります。(両日不可)

- ①やさしいリラックスヨガ体験 & ストレッチ&リンパマッサージ…5月17日(金)
- ②すっきりハードヨガ (ヨガに自信のある方向け)…5月21日(火)
※②のみ託児あり(一人500円、6ヵ月~、定員3名)

▼①②共通事項

時間	10:00~11:30
定員	各15名
参加費	300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
場所	みとセンター(東茨城郡茨城町桜の郷 1000-1)

<共通事項> ■申込締切:4月12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。イベントは中止、延期、内容変更等生じることがあります。