

うしくセンター便り 7月号

毎月第一週目に発行をしています

《うしくセンター委員会主催》

冬の薬膳で大好評の
中島先生

2024.07.01 第 198号

発行：パルシステム茨城 栃木

うしくセンター委員会

発行責任者：センター長 岩淵

問い合わせ：0120-868-014



10月上旬開催予定！ (栃木県日光市)

太子食品工業(株)バス見学

詳しくは8月号でお知らせいたします



お豆腐工場見学と日光散策
を予定しています

夏の薬膳教室

一緒に薬膳料理を作りましょう

暦の上では秋が始まるとされる立秋(8月7日)ですが、実際は一年で最も暑い時期です。
体に足りないものを食べることで補い、余計なものは排出して、気・血・水のバランスを整える薬膳を
楽しく美味しく日常の食事に取り入れましょう。

【日 時】 8月20日(火) 10:00 ~ 13:30 (受付 9:50~)

【場 所】 パルシステム茨城 栃木 うしくセンター2階 (牛久市牛久町 1024-1)

【講 師】 中島由佳先生 (薬剤師・国際中医薬膳師)

【募集人数】 15名 ※応募者多数の場合は抽選になります

※当落結果並びに詳細案内は、8月2日(金)までにメールまたは配送便でお送りいたします

【託 児】 定員3名(生後6ヶ月以上) お子様1人につき500円

【参加費】 800円

【持ち物】 エプロン、三角巾

【申込方法】 下記参加申込書をご提出または右記の二次元コードを読み取りお申し込みください

※お預かりした個人情報は、申し込みの集約目的以外には使用いたしません

【申込締切】 7月26日(金)

【お問合せ】 パルシステム茨城 栃木 うしくセンター組員活動専用フリーダイヤル

☎0800-800-6687 (月~金 9:00~17:00)



キリトリ

うしくセンター行き【夏の薬膳教室】参加申込書

7月26日(金)締切

組員番号・コース番号

託児希望 (有・無)

先生への質問等、こちらにご記入ください

組員氏名

お子様の名前 (^{ふりがな} 歳 ヶ月) 性別

日中繋がる電話番号

アレルギーの(有・無) 有の方⇒

キッズ&ヤムヤムcafe

6ヶ月を過ぎたあかちゃんから
小学生の親子

日時: 8月19日(月) 10:30~13:30
(出入りは自由です)

場所: ういセンター

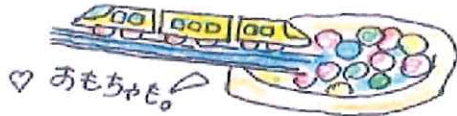
参加費: 大人 300円
子供 150円
料金は無料

募集
します



大きいおともだちは
親子でおいごはを
つくろう(ランチは12:00まで)

あかちゃん小さい
おともだちは
プレイムであそぼう!



9月9日(月) もてやcafe セリま〜あ

「総代」になりませんか!?

7月から総代立候補の受付が始まります。

「総代」とはパルシステムの事業や活動の方針を決める組合員の「代表」のことです。パルシステム茨城 栃木の組合員であれば、どなたでも立候補できます(未成年者や選挙管理委員など、特別な場合を除きます)ぜひ、総代になってあなたの声をパルシステムに届けてみませんか?

※詳しくは 6/24~配布「機関紙みらい臨時号」をご覧ください!

問い合わせ先: パルシステム茨城 栃木組織運営部 029-227-2225

5/22初夏の候「北浦地鶏軍鶏学習会」を開催しました

自然豊かな行方市で育てられている地鶏軍鶏について学びました。鶏肉の種類の中でも地鶏はわずか1%しかいないそうです。生産者の北浦しゃも農場の下河辺さんは、厳しい生産基準の中愛情をもって軍鶏を育てられています。大変ですが私たち組合員の応援があるから続けていける、と話されていました。昼食交流では4品用意し軍鶏の部位の食べ比べをしました。シンプルな塩焼きは皆さんに大好評でした!初めて参加された方も「これなら自分にもできる」と料理への意気込みを話していました。学習会は皆さんの交流の場でもあります。次回の学習会もお楽しみに!



6/15(土)にPLA コラボ「産直梅の学習と梅干し作り」を開催しました

産直産地「大紀コープファーム」のこだわりや繊細な作業工程などについて学習しました。今年は、暖冬や害虫などの外的要因による不作で、産地のご苦労が耐えない状況下であることを知りました。梅干し作りでは、PLAの丁寧な説明により、参加者のみなさんはスムーズに楽しく作業されていました。試飲のハニーレモン梅シロップと冷やし梅は、大好評でした。梅干しは、種もお米の炊飯前の1合に一粒ほど入れて炊くと、お米がふっくらして美味しいというテクも教わりました。梅干し一つで様々な活用方法があることを知り、梅の魅力が満載の会となりました。



センター委員による商品モニター報告

「銀だる西京漬汁」 2切 140g 646円(税込)

パルシステム神奈川の組合員開発商品。甘さ控えめの京風白味噌をベースにかつお節エキスを加え、あっさりしつつ深みのある上品な味わいに。



◎程よい甘みと丁度よい味付けで、ご飯がすすみました。裏面の焼き方通り、フライパンにクッキングシートをしいて焼くと、焦げずにふっくら仕上がりました。(N.N)

◎身はふっくらとして白味噌の甘味が丁度良い味わいです。お魚の苦手な子どももぱくぱくと食べてくれました。フライパンにクッキングシートを敷いて焦がしすぎずに美味しく焼けて洗い物も少なく済みました!(S.S)

次回企画: 7月4回