

ハッピー♪パルおやま

2025年度センター委員会テーマ

みんなでパル推し☆うきうきパル活



発行日 2025年 9月 1日 VOL 66
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 岩渕
問い合わせ先 0120-390-433

★各回最少催行人数は3名となり、中止となる場合がございます※応募多数の場合は抽選となります。当落、詳細案内は後日ご案内します

クリスマス・年末商品試食会

年に一度の特別試食会を開催します！クリスマス・年末年始におすすめの商品試食会です♪
好きな会場からお選びいただけます。みなさまのご参加をお待ちしています！

- ① 10月 7日(火) 10:30～11:30(受付10:15～) しもだて地域交流センター アルテリオ 1階調理室
〈茨城県筑西市丙372〉
- ② 10月 10日(金) 10:30～12:00(受付10:15～) 平石地区市民センター 1階調理室
〈宇都宮市下平出町158-1〉
- ③ 10月 14日(火) 10:30～12:00(受付10:15～) パルシステム茨城 栃木 栃木センター
〈小山市横倉新田198-1〉

募集人数 15名程度

参加費 無料

持ち物 エプロン・三角巾・マスク
手拭きタオル・筆記用具

託児 なし

申込方法 下記申込書または
二次元コードより

締め切り 9月12日(金)



パルの会

お料理セットを食べてみよう☆

開催日時 10月15日(水)
10:30～12:30(受付10:15～)

開催場所 パルシステム茨城 栃木 栃木センター
〈小山市横倉新田 198-1〉

募集人数 12名程度

参加費 無料

持ち物 エプロン・三角巾・マスク手拭きタオル
筆記用具

サポートメンバー募集 10/3(金)10:30～説明会
センター委員と一緒に「パルの会」の準備等のお手伝い
していただける方を募集します!! 募集人数 4名程度

託児 定員3名 お子様1名につき500円

申込方法 下記申込書または
二次元コードより

締め切り 9月12日(金)



やさしいヨガ教室

開催日時 10月6日(月)
10:30～12:00(受付10:15～)

開催場所 パルシステム茨城 栃木 栃木センター
〈小山市横倉新田 198-1〉

募集人数 10名程度

参加費 300円

持ち物 飲み物・汗拭きタオル・筆記用具

託児 定員3名 お子様1名につき500円

申込方法 下記申込書または
二次元コードより

締め切り 9月12日(金)



パルの商品を食べながら
交流しましょう♪

※お預りした個人情報、参加の集約や連絡の目的以外には使用いたしません★参加費・託児費は、ご利用口座より引き落としとなります
きりとり

＜＜申込書＞＞

※参加希望にレ点を付けて、注文書と一緒に提出してください 締切9/12(金)

Xmas・年末試食会	☐ 10/7 しもだて	☐ 10/10 平石地区	☐ 10/14 栃木センター	☐ 10/6 やさしいヨガ教室
パルの会	☐ 10/15 参加	☐ 10/15 当日のみサポートメンバー参加	☐ 10/3 サポートメンバー説明会	
組合員番号	日中繋がる電話番号			
組合員名	参加者氏名(ふりがな)			
託児申込み お子様氏名(ふりがな)				
性別 男 ・ 女				
お子様の生年月日(西暦) 年 月 日 アレルギー 無 ・ 有 ()				



5月26日の受粉作業から1か月ほど過ぎた7月3日に傘紙掛け作業に参加しました。ブドウなどで見かける傘紙ですが、キウイフルーツでも日焼け防止に掛けています。キウイが日焼けすると、日持ちが悪くなってしまったり、表面がツるっとしてしまい、商品価値が低下してしまいます。今回の作業中はカメムシを見かけなかったで、このまま害虫の影響がないと良いなと思いました。



7/7 開催 熱中症予防と運動教室

小山市健康増進課の保健師の方々を講師にお招きし、自分たちで「経口補水液」を作り、試飲もしました。思ったよりもおいしいとは言えない味でしたが、この味がおいしく感じるときは熱中症の危険があるかもしれない、とのことでした。今回は血管年齢と握力測定も実施され、自分の実年齢との比較ができました。夏バテ予防についての講話もありこの夏を元気に乗り切りたいと思いました♪

〈経口補水液の作り方〉・材料をペットボトルに入れよく混ぜる
・レモンなど加えるのも GOOD

材料

- ・水・・・500ml 経口補水液とは・・・水にナトリウムなどのミネラルとブドウ糖を一定の割合で配合した飲料
- ・砂糖・・・20g
- ・食塩・・・1.5g 手作り経口補水液のポイント・・・作った後は、冷蔵庫で保管し翌日までに飲み切りましょう
・余っても翌日には廃棄しましょう



お! やま カフェ

開催

7月23日におやつを食べ比べをおこないました。ポテトチップスやハッシュポテト、チーズドッグなどのスナック菓子に加え、アイスや飲み物などを味わいました。ビンゴゲームや釣りゲームも盛り上がり充実した時間となりました。



当日の人気商品



ポテトチップス
コンソメ



産直小麦のカステラ



参加者の感想

- ・今後のおやつを選ぶ際の参考になりました
- ・食べたことのないおやつと一緒に試食できて良かったです
- ・夏休みに子どもとちょこっとお出かけ気分できれいに参加でき、良かったです
- ・子どもが飽きずに参加でき、良かったです
- ・思っていた以上にお菓子がたくさんあって、親子とも大満足でした
- ・試食をきっかけに実際に商品を注文しようと思いました
- ・試食だけでなくゲームをしたことが、子どもがとても喜んでいました
- ・パルシステムのアイスがおいしかったです

