



もっという明日へ
超えてく

ぱるるん♪5月号

発行 No. 195 発行日：2025年5月5日
発行：パルシステム茨城 栃木
しもつまセンター委員会
発行責任者：パルシステム栃木センター長 岩淵
問合せ先：0120-390-433

～夏バテ撃退!～ 「元気になるストレッチ教室」

夏に向けて身体を動かして、暑い夏をのりきろう。誰にでも出来るとっても簡単なストレッチを覚えて毎日を快適に過ごしませんか(^_^) 身体をほぐした後は、パルの商品で交流を楽しみましょう!

【開催日時】7月2日(水) 10:00～12:00 (受付9:50～)

【開催場所】パルシステム茨城 栃木 下妻館(下妻市比毛43-4)

【募集人数】10人(お友達との参加も可) ※応募者多数の場合は抽選。
抽選結果並びに詳細内容は後日お知らせします。

【講師】井出靖子氏

【参加費】300円

【託児】なし

【持ち物】ヨガマットもしくはバスタオル、飲み物(水分補給)

【申込方法】下記申込書または右記二次元コードより申してください。

【申込締切】5月23日(金)

プチ軽食
付き♪



Eco×Art=Cute! しまんと新聞ばっぐをつくろう♪

毎回大好評の為、追加募集です(*^^*)

・6月「中ばっぐ」・8月「大ばっぐ」を作る予定です♪

初めてのの方の参加もOK! お友達との参加もOK!!

四万十川流域で「モットイナイ×オリガミ」の考え方から生まれた読み終えた新聞とのりで作るばっぐです★ 楽しくエコ活(アップサイクル)をしながら、自分だけのオリジナルばっぐをつくりましょう! 作り終えた後はお楽しみのティータイム!

【開催日時】6月17日(火)・8月7日(木)

10:00～12:00 (受付9:50～)

【開催場所】パルシステム茨城 栃木 下妻館(下妻市比毛43-4)

【募集人数】10人(お友達との参加も可) ※応募者多数の場合は抽選。
抽選結果並びに詳細内容は後日お知らせします。

【参加費】各100円

【託児】なし

【持ち物】筆記用具、飲み物(水分補給)

【申込方法】下記申込書または右記二次元コードより申してください。

【申込締切】5月23日(金)

お茶菓子
付き♪



※お預かりした個人情報、参加の集約や連絡の目的以外には使用いたしません。

< 2企画参加申込書 > 参加希望日にレ点をつけてください 5月23日(金)メ切 栃木センター行

◆ストレッチ教室 □7/2(水) ◆しまんと新聞ばっぐ □6/17(火) □8/7(木)

組合員名

組合員番号

参加者氏名 (年代 代) 電話番号

参加者氏名 (年代 代) 参加者氏名 (年代 代)

2025年度のテーマが決まりました☆

たべる・まなべる・つながる 毎日ぱるるん

＼新年度のご挨拶【栃木センター長・新メンバー】／

皆さま、初めまして！

4月から栃木センターのセンター長に着任しました「岩淵」と申します。

3月までは、うしくセンターに在籍しており、その時も委員会のメンバーと一緒に様々な企画と活動をしていました。今まで経験してきたことを活かし、しもつまセンター委員会のメンバーと一緒に、今年度もさらに様々な企画を用意していきたいと思いますので、今まで参加したことが無い方も気軽にご参加ください。 センター長 岩淵



今年度からしもつまセンター委員に仲間入りしました。

パルシステムの商品のファンなので、おすすめの商品をお伝えできたと思います。よろしくお願い致します。

Iさん

2025年度活動



4月24日(木)	しまんと新聞ばっぐ(小)
5月29日(木)	第1回子育てしゃべり場 in パル
6月17日(火)	しまんと新聞ばっぐ(中)
7月2日(水)	ストレッチ教室
7月8日(火)	パルの会
8月7日(木)	しまんと新聞ばっぐ(大)
9月予定	第2回子育てしゃべり場 in パル
10月・12月・2月予定	しまんと新聞ばっぐ
3月予定	第3回子育てしゃべり場 in パル

※その他楽しい企画を予定しています。

詳細は今後発行の「ぱるるん♪」でお知らせおよび募集を致しますのでお見逃しなく！

※日程や内容は変更になる場合があります。

＼センター委員おすすめ商品／

チョコレートケーキ・ビター

(産直小麦使用) 380g

価格 1,380 円 (税込 1,490 円)



◆商品特徴◆

2022年5月1回にリニューアル。パルシステムのロングセラー商品です。製造のこだわりは、温度管理が難しいチョコレートの硬さを調整しながら職人技で、1本1本手作業でチョコをかけています。スポンジ原料に「産直小麦」と「花見糖」を使用して、しっとり、優しい甘さに焼き上げました。



＼センター委員が食べた感想／

ケーキの周りをコーティングしているベルギーチョコレートが濃厚で美味しい！！
解凍時間を調整してアイスクリームで食べたり、好みの状態で食べられるのが嬉しいです。
甘すぎず、バニラアイスやフルーツを添えてもよく合いました♪