

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 11月 3日 VOL 68
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 岩淵
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

追加募集中

冬におすすめ☆スキンケア教室

(株)ジャパンビューティプロダクツさんを講師に迎え、冬に向けてのスキンケア、ポイントメイクについての学習会を開催します♪みなさまのご参加お待ちしております☆

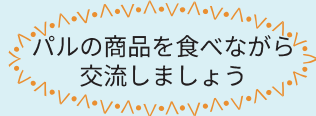
開催日時 11月26日(水)
10:30~12:30(受付10:15~) 持ち物 筆記用具・飲み物・タオル
開催場所 パルシステム茨城 栃木 栃木センター
≪小山市横倉新田 198-1≫ 託児 定員3名 お子様1名につき500円
募集人数 20名程度 申込方法 下記申込書または
二次元コードより
参加費 300円(お菓子・飲み物・サンプル付き) 締め切り 11月14日(金)



やさしいヨガ教室

「ヨガをやってみたいけど身体が固い」「どこに行けばいいのかわからない」「続けられるかわからない」そんなあなたにオススメのやさしいヨガ教室!です♪

開催日時 12月 3日(水)
10:30~12:00(受付10:15~) 持ち物 飲み物・汗拭きタオル・筆記用具
ヨガマット
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≫ 託児 定員3名 お子様1名につき500円
募集人数 10名程度 申込方法 下記申込書または
二次元コードより
参加費 300円 締め切り 11月14日(金)



八千代産直のハクサイを使った 本格キムチづくり

生産者から八千代産直の取り組み紹介と、女性部会「野菜美人」によるキムチ作りを教えてください。交流しながら、おいしいキムチ料理を食べましょう!

開催日時 12月10日(水)
10:30~13:30(受付10:15~) 持ち物 三角巾・エプロン・マスク・手拭きタオル
筆記用具・飲み物
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≫ 託児 定員3名 お子様1名につき500円
募集人数 16名程度 申込方法 下記申込書または
二次元コードより
参加費 700円(キムチ付き) 締め切り 11月21日(金)



※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 ※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

＜申込書＞

☐ 11/26 冬におすすめ☆スキンケア教室 追加募集中 締切11/14(金) ☐ 12/3 やさしいヨガ教室 締切11/14(金)
☐ 12/10 本格キムチづくり 締切11/21(金)

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)
	アレルギー 無 ・ 有 ()
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 ()

パルのイチオシ商品ご紹介！

産直米の鶏ごぼうピラフ



- ・具材はすべて国産 ・北海道ななつぼし使用
- ・国産大麦をブレンドして食感アップ
- ・2016年に登場し2024年にパルシステムオリジナル商品化
- ・国産鶏肉→産直鶏へ
- ・鶏ガラスープや干しいたけなどで味付け
- ・花見糖でコクをアップ



名前の通り、鶏肉とごぼうがたくさん入っていて、やさしい味つけです。常に冷凍庫にストックしてお手軽ランチに大活躍しています！

11月4回の紙面に特集が掲載されます!! お楽しみに♪

8/4 開催

やさしいヨガ教室

今回のヨガ教室は「夏バテ予防」がテーマでした。毎日暑い日々に身体がぐったり！でしたが、そんなだるさがスッキリ♪しました。



試食しました

- ・キャロっとさん
- ・国産大豆
- ・ミニとうふ(絹)

9/8 開催

からだスツキリ運動教室

ストレッチから始め、元気アップ体操、筋肉トレーニングまでしっかり身体を動かし、日ごろの運動不足解消になりました。血管年齢と握力測定にドキドキ☆



試食しました

- ・もも&りんご酢
- ・二色の揚餅
- ・美味しいあんドーナツ



10/14

クリスマス年末商品試食会を開催しました

栃木センター長のお・す・す・め商品

早期予約チラシ

クリスマス:11月3・4回がお得

チョコレートケーキ・ビター
産直小麦使用 380g



早期予約チラシ

年末年始:12月1・2回がお得

さばの押寿司セット
2種 670g



参加者の感想

- ・試食会の後は、必ず何かを注文している自分がいます
- ・購入したことがない商品の試食ができ、今後買ってみたいと思いました
- ・たっぷりの試食ができてビックリ！これからいろいろな商品を食べたいと思います
- ・たくさんの商品の味を知ることができました
- ・商品購入の参考にさせていただきます
- ・とってもおいしかったです



当日の人気の2商品を紹介

- ・ローストまぐろ 120g+ タレ 30g
- ・丹波大黒豆 220g (固形量 120g)

<フードドライブ>

ご家庭に眠っている食品はありませんか？



開催時期:11月・12月の企画

回収場所:パルシステム茨城 栃木 栃木センター

- ・賞味期限が3か月以上の食品 (きちんと表示があるもの)
- ・常温保存が可能で未開封の食品

ご注意事項:配送車での回収は行っておりませんので、栃木センターまでお越しください

企画の予定

- 11月10日 気軽にしゃべり♪感染症対策カフェ 25日 パルシステムのパン屋さんのパン作り教室
26日 冬におすすめ☆スキンケア教室 追加募集中
12月 3日 やさしいヨガ教室 10日 八千代産直のハクサイを使った本格キムチづくり