



もっと思い明日へ
超えてく

ぱるるん♪7月号

発行 No. 209 発行日: 2026年6月29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

pal くらぶ
『RAMAZE』主催

親子で作れる♪夏のナチュラルアロマ虫よけスプレー

夏を香りで心地よく♪

～お好きな香りで自分だけのアロマスプレーをつくってみませんか?～
数種類のアロマからお好きな香りを選んで、自分だけのナチュラル虫よけスプレーを作ります。虫よけだけでなく、リフレッシュや空間スプレーとしても楽しめます。
☆お子さまにはアルコールなしタイプをお作りいただきます。



- 【開催日時】 8月3日(月) 10:00～12:00 (受付9:50～)
【開催場所】 粉クリ・ドームしもつま わいわいハウス内プレイルーム (茨城県下妻市下妻丁91)
【募集人数】 10組20名程度 ※応募多数の場合は抽選
【参加費】 1家族800円 (商品ご利用代金と一緒に引き落としとなります)
【託児】 なし
【持ち物】 筆記用具・飲み物(水分補給)
【申込方法】 下記の申込書または、二次元コードより申込ください。



【申込締切】 7/10 (金)

パル式♪楽しくまな防災 ～もしもの備えは大丈夫!?～

楽しく学ぼう♪防災ミニ知識&ポリ袋クッキングにチャレンジ

災害が身近になっている今、皆さんもしもの時の備えは大丈夫ですか?

備蓄って何日分だけ?どんなものを用意しておくといいの?「ローリングストック」って聞いたことはあるけど・・・ライフラインが止まったらどうすればいいの?

など、気になるけど聞けない、つつい後回しになりがちな『防災』について皆で学びましょう。

学んだあとは実際に「新聞スリッパ作り」や「ポリ袋クッキング」にチャレンジしてみましょう。

※ポリ袋クッキングとは、食材をビニール袋に入れ湯煎をする調理方法のことです。

パルシステムの「ローリングストック」商品なども紹介します。ご家族やお友だちと一緒に参加もOKです。

- 【開催日時】 8月25日(火) 10:00～12:00 (受付9:50～)
【開催場所】 千代川公民館 調理室 (下妻市鬼怒230)
【募集人数】 20名 応募者多数の場合は抽選、抽選結果及び詳細は後日お知らせします
【参加費】 大人1人400円 子ども1人100円※小学生以上
【託児】 なし
【持ち物】 エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、飲み物
【申込方法】 下記の申込書または、二次元コードより申込下さい。



【申込締切】 7/24 (金)

※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

< 参加申込書 > ※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。

□8/3(月) 親子で作れる♪夏のナチュラルアロマ虫よけスプレー 締切 7/10 (金)

□8/25(火) パル式♪楽しくまな防災 締切 7/24 (金)

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)

【子育てしゃべり場 in パル 開催報告】

5月26日(火)に筑西市のしもだて地域交流センター(アルテリオ)にて、「にじいろ☆すまいる」の会長「たっちー」をお迎えし「子育てしゃべり場 in パル」を開催しました。

少人数での開催だったため、一人ひとりがゆっくり話すことができ、温かく有意義な時間となりました。

『KENJI_Coffee』の淹れたてコーヒーとパルシステムの「産直玄米のパフチョコ」「ごまごま玄米せんべい」と一緒に楽しみながら、最近よかったことをシェアし合い、感謝や喜びを分かち合いました。

また、放課後等デイサービスや子どもたちの居場所不足、相談先や専門性の課題についても学ぶ機会となりました。前回参加された方もリピーターとして来てくださり、和やかで盛り上がる会となりました。



組合員活動、変わります。

『新しい組合員活動の説明会 参加者募集!』

～気軽に、自由に、自分らしく、はじめませんか。～

パルシステムは商品の利用だけではありません。あなたの想いをカタチにできるのが組合員活動です。

2027年度からの組合員活動は“もっと気軽に・自由に・自分らしく”参加できる形へ変わります。

“ひとり一人が主役”になれる組合員活動へ「自分に合う関わり方」をみつけてみませんか？

★説明会は

- ☒話を聞くだけでも OK
- ☒はじめての参加も大歓迎
- ☒おひとり参加 OK

★さらに参加方法も選べます

- ☒オンライン参加
- ☒お近くのサテライト会場
- ☒後日、アーカイブ視聴
- ☒資料請求のみも OK



<募集チラシ・活動紹介>

【開催日程】8月7日(金) 午前の部 10:30~12:00 / 午後の部 13:30~15:00

【参加方法】オンライン ZOOM

もしくはパルシステム栃木センター(栃木県小山市横倉新田 198-1)

・会場の参加人数に限りがございます。できる限りオンライン参加をお願いします。

【対象者】組合員限定

【参加費】無料

申込はこちらから↑
締切日: 7月24日(金)



「くらし活動助成基金」募集のお知らせ

2026年度くらし活動助成基金の申請受付が始まりました。受付期間は7/1~31の1か月です。

パルシステム茨城 栃木では、日々の暮らしの悩みや課題をより良くしようとする、地域に根ざした非営利活動の団体を資金面から応援しています。新たに活動を始めようとしているグループも OK。パルシステムの組合員さん主体の活動を応援する「パル部門」もあります。

詳しくは「このゆびと〜まれ7月号」もしくは、パルシステム茨城 栃木のホームページの応募要項をご覧ください。

しもつまセンター委員会 今後の開催予定

7/16(木) 冷凍まぐろをおいしく食べよう! (栃木県小山市/パルシステム茨城栃木 栃木センター)

8/25(火) パル式♪楽しくまな防災~もしもの備えは大丈夫!?~ (下妻市/千代川公民館)

9月・10月・12月・2月予定 しまんと新聞ばっぐ

10月予定 体操教室(ズンバ)

11月・12月・1月予定 Pal ママカフェ