

発行日:2026年8月31日

発行:パルシステム茨城 栃木

かしまセンター委員会

発行責任者:センター長 丹野

問い合わせ先:地域活動推進部
TEL 0120-303-169

(月~金 9:00~17:30)

用件をお伺いし、改めてお電話にてご連絡いたします。

陽だまり



地鶏しゃもパパッと卵 DE 親子丼用

・「地鶏しゃも」は日本在来種の血統を継ぐ鶏。この「地鶏しゃも」を「もっと多くの組合員に、地鶏しゃものおいしさを知って欲しい!」と、茨城の組合員が開発協力しました。

・家庭ではごはんと卵を用意するだけの手軽さながら、「弾力のある歯ごたえ!」「かめばかむほど、肉のうまみが出てくる!」との声が寄せられています。



開催報告/7月31日(金)親子でおやつ作り

(神栖市大野原コミュニティセンターにて開催)

『産直小麦のホットケーキミックス』を使って生地を作り、『産直たけのこことしいたけの焼売』を入れて肉まん和小豆あんを入れてあんまんを作りました。成形後、蒸して完成。野菜を入れたケーキサレはオーブンで焼きました。普段から料理の手伝いをする子が多いようで、とても手際が良かったです。帰りに「次もお願いします」との声があり嬉しかったです。



女性に多いお悩みの対策講座! ヨーガ体験参加者募集

組合員のみなさんからの要望にお応えして『女性に多いお悩み対策』をテーマに開催します。女性のからだに多い肩こりや腰痛の予防、冷え性予防対策など。

からだもこころもリフレッシュしましょう。2回講座ですが、いずれか1回のみの参加も可能です。

第1回 9月29日(火)カシマスポーツセンター2階柔道場/鹿嶋市神向寺23-2

第2回 10月30日(金)神栖市武道館/神栖市溝口4991-10

【時間】 10:00~11:30

【参加費】 無料(お友だちを誘っての参加も可)

【定員】 各回 15名(応募多数の場合、抽選。詳細は後日、お知らせします)

【締切日】 9月11日(金)

配送便提出の申込用紙は裏面参照

※本件はパルシステム共済連「福祉・たすけあい助成金」の助成を受けて開催します。

・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。

・申込はWEB申込または下記申込書を注文用紙と一緒にわかりやすいように提出してください。

▲WEB申込はこちら



行方市にて開催！

クリスマス・年末おすすめ商品試食会

パルシステムのクリスマス・年末おすすめ商品を試食します。

初めての方、ぜひご参加ください。

みんなで楽しく交流します。試食品のお持ち帰りはできません。

【日時】10月16日（金）10：00～11：00

【会場】行方市麻生公民館 調理室

【住所】行方市麻生1221

【参加費】無料

【持ち物】ハンドタオル、飲料、筆記用具

【託児】なし

【定員】15名（応募者多数の場合、抽選。詳細は後日お知らせします。）

【締切日】9月11日（金）



▲WEB申込はこちら

- ・お預かりした個人情報は、参加の集約や連絡の目的以外には使用いたしません。
- ・アレルギー食の対応はしておりません。予めご了承ください。
- ・申込はWEB申込または下記申込書を注文用紙と一緒にわかりやすいように提出してください。

キ-リ-ト-リ

『ヨーガ体験』・『クリスマス・年末おすすめ商品試食会』参加申込用紙



9/11（金） ㄨ切 かしまセンター行き

組合員番号			
申込企画		ヨーガ体験〔 ①②両日参加 ①のみ参加 ②のみ参加 〕	
		クリスマス・年末おすすめ商品試食会	
組合員名			
電話番号			
参加者名			