

パルわくわく通信

オンライン開催の企画が増えています。
“Zoom 難しそう〜”とされている方、
お気軽に組織運営部までご相談くだ
さいね☺

【募集・Zoom 相談・その他のお問い合わせ先】

組織運営部 TEL:0545-32-9192
(月～金 9:00～18:00)



shizuoka-katsudo@pal.or.jp



土日祝 **どなたでも** **抽選** **■応募締切■**
9/16(金) 18時

やった♪できた!たのしい〜♪
無限に広がるけん玉の世界

けん玉は、目や体を使う「ながら」運動です。バランス感覚、体幹トレーニング、集中力アップにもつながり、最近では認知症予防やフレイル(介護予防)としても注目されています。親子で、お孫さんと、お一人で、初心者から上級者まで参加OK!講師の銀ちゃんが教えてくれます。

9月23日(金・祝)
10:00~12:00
会場:あいホール利用室
(浜松市中区幸3丁目3番1号)
※併設有料駐車場 144台
1回使用料 100円
定員:30名 どなたでもOK
参加:無料※けん玉無料貸出あり

【講師】
鈴木銀次郎さん
けん玉普及員として、けん玉を活用した地域活性化を目指して活動中。幼稚園や小学校へ講師として出向く“けん玉先生”。

応募はこちらから↓

土日祝 **どなたでも** **お子様同伴可** **抽選** **■応募締切■**
9/23(金) 18時

ビーチクリーン&マイクロプラスチック取り出し体験

海に流れ込んだペットボトルやビニール袋などのプラスチックごみ。海岸に漂着するごみを実際に拾って分別してみよう。ごみを拾ったあとは、マイクロプラスチックを取り出す体験をします。どんな色?どんな大きさ?みんなでお観察してみよう!

10月2日(日)
9:30~11:30
場所:清水区三保真崎海岸
(静岡市清水区三保 2381-3 地先
海岸無料駐車場あり(台数に限りあり))
定員:30名 どなたでもOK
※小学生までのお子様は保護者と一緒に参加してください。
参加:無料

応募はこちらから↓

■応募締切■
9/23(金) 18時

ビーチクリーン&マイクロプラスチック取り出し体験
無償ボランティア募集

10/2(日)ビーチクリーン企画のボランティアを募集します!海に面している静岡県では「ビーチクリーン活動」が色々な海岸で行われていますが、パルシステム静岡でも昨年に引き続き、海岸清掃を行います。ボランティアの皆さんには、ご家族で参加する方の清掃時の補助やお子様の見守り等をお願いしたいと思っています。ビーチクリーンの参加者と同様に、マイクロプラスチック取り出し体験もできます。詳細案内は応募締め切り後にメールにて案内します。

ボランティア 募集中

応募はこちらから↓

■応募締切■
9/23(金) 18時

おうちで超えトーク
~おうちでハロウィン~

初めまして同士でも、ゆる〜く話を楽しむおうちで超えトーク。今回のテーマはおうちでハロウィン!お子様と一緒に楽しむ「おうちでハロウィン」のアイデアをシェアしましょう♪話を聞くだけでもOK!

10月5日(水)
13:00~14:00
会場:ご自宅(ZOOM 開催)
定員:パルシステム静岡組合員 10名
参加:無料

応募はこちらから↓

■応募締切■
9/29(木) 18時

予期せぬ要介護・認知症への備えはどうする?

家族や自分自身の予期せぬ要介護・認知症等の心配事。不安は尽きませんが、介護、要介護から生活者を守る介護保険制度の仕組みや受けられる介護サービスについて知っておくと、いざというときに役立ちます。経済的にどんな備えをしたらいいか、についても学びましょう。

10月10日(月)
10:00~11:30
会場:ご自宅(ZOOM 開催)
対象:パルシステム静岡組合員 30組
参加:無料

【講師】
浅田里花(あさだりか)先生
ファイナンシャル・プランナー
5年間の証券会社勤務ののち、1988年独立系FP会社に入社。1993年からフリーランスとなり、現在はFPサービス会社(株)生活設計塾クルー取締役。

応募はこちらから↓

映画上映 **どなたでも** **先着100名** **■応募締切■**
10/14(金) 18時

みしま de 環境シネマ

「食品ロス」のこと
「福島原発事故」のこと
映画を通じて発見し考えてみませんか?

10月16日(日)
会場:三島市生涯学習センター 3階講義室
三島市大宮町1-8-38
※併設無料駐車場あり
対象:小学生以上のどなたでも
参加OK
参加:無料 保育:なし

■第1部 “0円キッチン”
上映 10:00~11:45
■第2部 “国民の選択”
上映 13:00~14:40
■第3部 “0円キッチン”
上映 15:05~16:45

主催:みしま de 環境シネマ実行委員会(パルシステム静岡、市民ひろば、静岡放射能汚染測定室)

応募はこちらから↓

■応募締切■
9/19(月) 16時

やってみたくなる!
カラダにいい石けん洗濯♪

クリーニング店に出さなくても、ワイシャツ、ダウン、スーツ、布団など、大抵のものは家庭で洗えるといえます。東京・小金井で、30年前から石けんを使ったクリーニング屋さんを営んでいる茂木さんが、コツがいろいろある石けん洗濯術を教えてください。

9月29日(木)
14:00~15:45
会場:ご自宅(ZOOM 開催)
参加:無料
※パルシステム神奈川の企画にオンラインで参加できます!

応募はパルシステム神奈川のHPから↓

【講師】
茂木孝夫(もぎ たかお)氏
有限会社白米舎クリーニング代表取締役。30年前から安心・安全な石けんクリーニングに切り替える。著書に「家庭(うち)のできるカラダにいい洗濯術」(コスミック出版)がある。

パルシステム静岡
ホームページ

パルシステム静岡
Facebook

パルシステム静岡
YouTube



産直大豆の やさい豆 情報〜♪

昨年度の静岡商品開発チームメンバーが取り組んだ「産直大豆のやさい豆」のリニューアル。1年間の活動を経ていよいよ登場します。ぜひ注目してください！

旧デザイン



新パッケージ デザイン



手に取ってもらいやすいパッケージに変更！

アピールポイント！

産直大豆と国産野菜の6種を使った安心安全なやさい豆。

冷蔵庫から出すだけで、日頃不足しがちな大豆と野菜が手軽にとれます！

味つけはパルシステムの「花見糖」と薄口しょうゆ、米酢、塩、昆布だしのみ！

シンプルな味つけだからそのままでも、アレンジしても。食べ方自由で無限大！

人参とごぼうのカットサイズを大きくして野菜の存在感をUP！

リニューアルされた商品の
カタログごとの、初！掲載情報♪
*コトコト:10月2回
(9月26日~30日配付)
*Kinari:9月4回
(9月12日~16日配付)

レシピの一例を紹介
しま〜す♪



<やさい豆 in ポテトサラダの春巻き>

■材料■

- ・レンチンしてフォークで潰したジャガイモ
 - ・マスタード・マヨネーズ・やさい豆
 - ・春巻きの皮
- やさい豆の甘さをマスタードですこしさっぱりさせたポテトサラダ。
春巻きの皮に包んで揚げるとパリパリ食感もプラスされて美味しいんです！
皆さんも色々なレシピで美味しく食べてくださいね！

理事会報告

第9期第15回理事会(7/27)

第1号議案 個人番号及び特定個人情報取扱規程改正の件

第2号議案 就業規則改正の件

全ての議案が可決されました。
報告に関するお問い合わせは組織運営部までお願いします。



わくわく通信の募集企画でよく見かける上のマーク。オンライン開催のしるしです。新型コロナウイルス感染症が蔓延するようになったことをきっかけに静岡でもオンライン開催が増えています。自宅から参加できることは楽でいい反面、オンラインへの不安から諦めてしまっていないですか？
オンラインで繋がることは思っている以上に簡単なんです！ご希望があれば、わかりやすい説明書をお送りします。もちろん電話でのフォローもしますよ！
会場までいなくても、お子さんの支度の心配をしなくても、サクッと参加できるオンライン。一度試してみませんか？



【問い合わせ先】
パルシステム静岡 組織運営部
☎:0545-32-9192
✉shizuoka-katsudo@pal.or.jp

わくわく通信では募集企画のほかにも静岡の取り組みや開発協力した商品の告知、紹介なども載せています。ぜひ隅々までご覧くださいね！