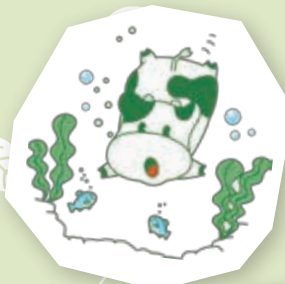


組合員とパルシステム埼玉をつなぐ月刊誌

pal*system
パルシステム埼玉

あする



理念：心豊かなくらしと共生の社会を創ります
ミッション：互いに支え合って安心してらせる
埼玉をつくります

7

2018 July
NO.287



特集

パルシステムなら産直時短! 2

『びいあらいぶ』が

パルシステム共済連通信～びいあらいぶ～に変わりました! 4

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

第1回「ジャパンSDGsアワード」受賞



詳しくはこちら

【特集】 パルシステムなら産直時短!



内容量 20個 350g
 価格 430円 (税込)
 次回企画予定
 コトコト・きなり 7月3、4回

調理方法

焼き餃子：フライパンに凍ったままの餃子を入れ強火で焼き、焼き目がついたら水をいれ、ふたをして蒸し焼きにする(20個で約4分半)。ふたを取り水気をとばして、しっかり焼き目がついたらでき上がり
 水餃子：お湯またはお好みのスープに凍ったままの餃子を入れて約8分

原材料名

野菜〔キャベツ、にら〕(国産)、豚肉(産直肉)、豚脂(国産)、おろし生姜(国産)、コーンスターチ(とうもろこし：遺伝子組換えでない)、しょうゆ(大豆：遺伝子組換えでない)、おろしにんにく(国産)、ごま油、砂糖、食塩、清酒、香辛料、皮〔小麦粉(小麦：国産)、ひまわり油、食塩〕/酢酸デンプン

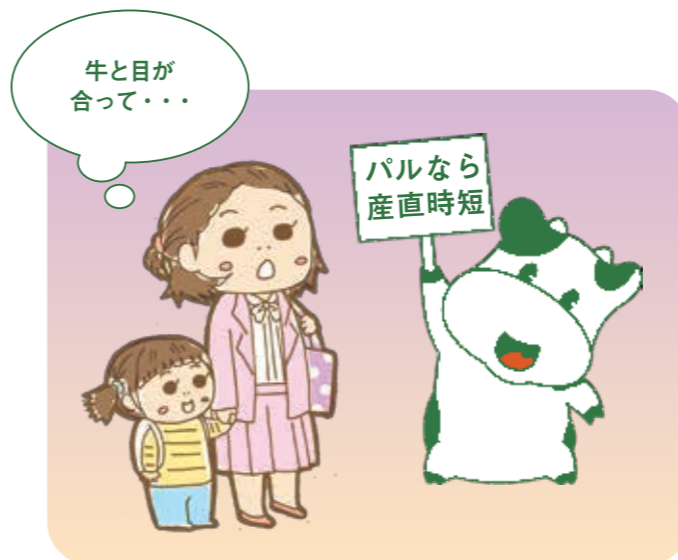
- 具材の約8割は「顔の見える」産直原料
- 化学調味料不使用で家庭にある調味料のみで味付け
- 国産小麦を使用した皮は厚めでもっちり水餃子にもオススメ



餃子にしよう! (冷凍)

その1

お役立ちストック食材



仕事が終わって、保育園にお迎えの帰り道。買い物や今日の夕飯のことを考えているお母さん。ふと踏切の向こう側を見ると、そこには! (パルシステムのCMより)

パルシステムなら産直時短!

毎日バタバタ忙しく食事の準備は大変だけど、家族のためにからだにいいものを作りたい! パルシステムには、そんなときに強い味方になってくれる商品がたくさんあるんです。

パルシステムの産直は一味違います

「産直」という言葉を耳にする機会が増えてきましたが、パルシステムの産直は産地直送(結)なだけではないんです。

パルシステムの産直はパルシステムと産地で産直四原則に則った「産直協定書」を締結し、利益もリスクも分かち合える関係を築いています。また、組合員のみなさんが直接交流できることも大きな特徴です。

パルシステムの産直四原則

- 1、生産者、産地が明らかであること
- 2、生産方法や出荷基準が明らかで生産の履歴がわかること
- 3、環境保全型・資源循環型農業をめざしていること
- 4、生産者や組合員相互の交流ができること



原材料名
 真さば(国産)、砂糖、醸造酢、食塩、りんご酢、しょうゆ(大豆(遺伝子組換えでない)・小麦を含む)

内容量 2枚 180g
 価格 430円 (税込)
 次回企画予定
 コトコト・きなり 7月4回、8月2回
 賞味期限 120日

- 冷蔵庫で1時間(お急ぎの場合は流水解凍で3~5分)の簡単調理
- 原料は10~12月に漁獲した、鮮度のよい寒さば
- 化学調味料は不使用でりんご酢のまろやかな酸味と甘みでお子さんにも大人気
- 調味液は全て遺伝子組換え



しめさば(国内産)(冷凍)

パルシステムの産直比率

パルシステムはどの商品においても高い産直比率で、それら産直原料を使用した加工品は405点にも上ります。



毎日の食事は作りは時短したい

包丁を使わない、火を使わない、短時間でできる:時短の定義はさまざまだと思います。調理の手間は省きたいけどでき合いのお惣菜を使うのはちょっと抵抗がありますよね。パルシステムでは産直や非遺伝子組換えの原料を使用し、家庭で使うような調味料での味付けで、保存が利くお役立ち商品がたくさんあります。今回はその中から一押し商品をご紹介します。



内容量 250g (125g×2袋)
 価格 410円 (税込)
 次回企画予定コトコト・きなり 8月2回、4回
 賞味期限 61日

原材料名

ごぼう(産直)、乳化液状ドレッシング(なたね油(なたね(遺伝子組換えでない))、醸造酢、しょうゆ(大豆(遺伝子組換えでない)、小麦を含む)、砂糖、かつおだし、発酵調味料、卵黄、食塩)、砂糖、練りごま、いりごま、乳たんぱく(乳成分を含む)、ごま油、香辛料、増粘剤(キサンタンガム)

- 北海道産がメインの産直ごぼうをお子さんにも食べやすく細切りにしてクリーミーな和風ドレッシングであえました
- そのまま食べてもおいしいですが、ハムやきゅうりなどとあえたり、パンにのせてピザトースト風にも
- 化学調味料不使用



サラダベース産直ごぼう(冷蔵)

『びいあらいぶ』が パルシステム共済連通信『びいあらいぶ』 に変わりました！

「かっこいい家計で楽しく暮らしを応援する情報誌」として、2003年からお届けしていたカタログ『びいあらいぶ』がリニューアル！ 組合員のくらしに役立つ情報をお届けするほか、パルシステム共済連の思いや取り組みをお伝えする広報誌に生まれ変わりました。

パルシステム共済連では、組合員の福祉活動・健康維持活動を支援する「たすけあい活動助成金」など、パルシステム共済連が取り組んでいることをお伝えすることや、共済・保険の加入者の疑問にお答えすることはとても大切と考えています。これからは、新しくなった『パルシステム共済連通信』びいあらいぶを通じて、共済・保険の加入者や組合員の皆さんへ役立つ情報をお届けしていきます。

リニューアル第1号は7月2日から配付。第2号は9月2回企画8月27日から配付予定です。ぜひご覧ください！ ※隔月発行



「福島のごどもたち保養プログラム」の取り組みを紹介



パルシステム共済連ってどんな組織なの？に答えます



今年もヒバクシヤ国際署名に 取り組みます

パルシステムでは、世界各国で取り組まれている核兵器廃絶を求める「被爆者が訴える核兵器廃絶に向けた国際署名」を呼びかけています。



「ヒバクシヤ国際署名」は、平均年齢80歳を超えたヒロシマ・ナガサキの被爆者が「生きていくうちに何としても核兵器廃絶を」と強い思いを込め、2016年に世界に賛同を呼びかけたものです。これまでにパルシステムへ寄せられた署名は18万2208筆、パルシステム埼玉では2万5465筆のぼりです（2017年9月末時点）。2017年に「核兵器禁止条約」が国連で採択され、核兵器廃絶への動きは加速していますが、条約に賛成した各国で批准が進まなければ発効できず、今後の取り組みが重要になります。パルシステムは、今年度も引き続き署名活動を行います。ぜひ、ご協力をお願いいたします。

※この署名は、過去に署名していない方が対象です。すでに署名にご協力いただいている方は、ご友人などへの呼びかけをお願いします。 ※寄せられた署名は、「ヒバクシヤ国際署名」推進連絡会を通じて国連に提出されます。署名用紙は8月2回のカタログ（7月23日〜27日配付）と一緒にお届けします。



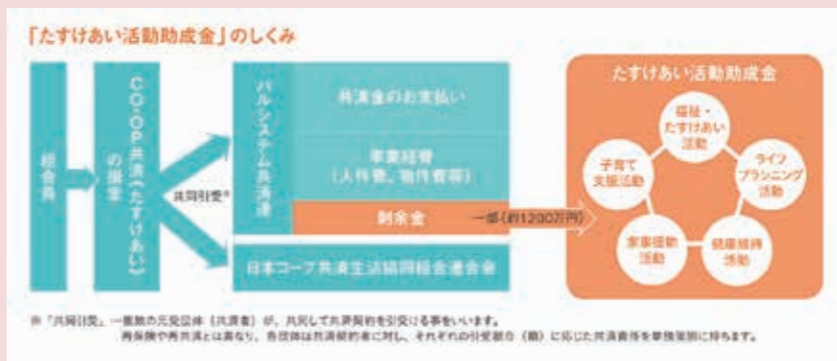
署名はWEBサイトから
ご提出いただけます。



パルシステム 平和 検索

たすけあい活動助成金を ご存知ですか？

組合員が地域で行う「たすけあい活動」をサポートするため、パルシステム共済連ではCO・OP共済「たすけあい」の剰余金の一部を活用し、「たすけあい活動助成金」制度を設けています。CO・OP共済「たすけあい」は自身の万が一のときの保障だけでなく、自身や他の組合員のくらしに役立つ活動にも活用されています。 ※CO・OP共済「あいらぶ」《ずっとあいらぶ》の掛金では実施していません。



※「共同出資」一筆あたりの出資額（共済額）が、凡そ10万円を超えてはなりません。 再発給や再出資とは異なり、各団体の共済額に別し、それぞれの出資額（額）に応じて再発給額を算定されます。

ノーベル平和賞受賞の ICANに パルシステムも加盟

ICANは、スイス・ジュネーブに本部を置く国際NGOで、核兵器使用の非人道性から廃絶を訴えています。2017年7月に国連で採択された核兵器禁止条約でも、各国政府との連携・調整しながら国際会議へのNGO参加を促すなど、大きな役割を果たしました。

ノルウェーのノーベル委員会では昨年、ノーベル平和賞をICANに授与しました。ICANには世界101カ国、468団体が加盟し、日本からもピースボートなど7団体が加盟しています。今回、パルシステムも新たに加盟団体として名前を連ねることになりました。



ICANの国際運営委員でもある川崎哲（あきら）さん（ピースボート共同代表）を迎え、5月28日に受賞記念講演を開催



やっぱり パパが好き

誰でもできる
やりたいことを
やりたいところで

フェアトレード

児童労働、大量の農業...
商品の生産背景にある
問題を学びました



フェアトレードを知らう! 学習会



72年前の夏の日を語り継ごう

ヒロシマでの
被爆体験を語り継ぐ
服部道子さんから
お話を聞きました

ピース・インター

茨城県東海村の元村長をお迎えして
「東海村とフクシマから学ぶ」

平和・国際委員会
平和・国際委員会には「ピース・インター」「フェアトレード」の2つのテーマグループがあり、それぞれのテーマに沿って平和の大切さを組合員に伝え、国際理解や国際協力を広げる活動をすすめています。

フェアトレード

フェアトレードとは何か? 少しでも多くの方に知ってもらいたいという思いで立ち上げました。
バナナやコーヒー等の身近な商品がどれ程過酷な状況で生産されているかを知っていますか? 生産者支援団体の方々から現地の状況を聞き取り、スライドやビデオ等を見て理解を深めていきます。一緒に活動して下さる方を募集中です。



バナナやコーヒーを生産している国、人々のことを一緒に考えませんか?

ピース・インター

安全・安心なくらしは平和から。私たちはこのコンセプトにより企画をし、活動をしています。
女性と子供に視点を合わせた平和募金団体への支援と交流。歴史、憲法、核兵器や原発など平和に関する正しい知識を学ぶ学習会。その2つを主流とし、新たな平和活動へも日々取り組んでいます。安全な食料も平和であればこそ!
ぜひ、一緒に平和の大切さを学びましょう!



食の安全も平和があってこそ! ご参加お待ちしております。

お問い合わせ先

組合員活動に興味がある方は、お気軽にお問い合わせください。

組織運営部
●0120-921-170
●9時~17時半
●月曜日~金曜日

理事会レポート

第13期 2017年度 第14回臨時理事会 2018年5月10日開催

左記の件について提案され、承認されました。

【議決事項】

- 第1号議案 2017年度事業活動報告書・決算及び剰余金処分案承認の件
- 第25回通常総代会に提案する2017年度事業報告書・決算及び剰余金処分案が承認されました。

【特別報告】

●役員人事委員会答申(2017年度常勤評価)

第26期総代選挙のご案内

今年も総代立候補の受付が始まりました。6月末日の時点で、ご本人名義で登録している組合員ならどなたでも総代になれます。パルシステム埼玉の事業活動方針が、組合員の願いや思いが反映されたものとなるよう、総代になって声をお寄せください。
※詳しくは、同時配付の「第26期総代選挙公告」をご覧ください。

●総代の任期

2018年10月~2019年9月末日までの1年間。(再任可)



監事会 報告

I. 第13回監事会 5月9日臨時開催

●各監事の監査報告をもとに協議した結果、連名の監査報告書を作成し代表理事に通知しました。

II. 第14回監事会 5月22日開催

●前回定例理事会、臨時理事会の振り返りと次回理事会の審議をしました。

●当月の監査活動の振り返りをしました。

●各監事の監査調査をもとに協議し、年間の監査活動と所見を「監事監査結果の概要報告」としてまとめ、理事会に提出しました。

●総代会前、総代会当日、総代会後の監査について協議しました。

III. 5月の活動報告

【会議の出席・傍聴】

定例理事会、臨時理事会、理事政策会議、理事共有会議、経営会議、役員報酬審議会、委員長会議

【監査活動】

決算関係書類・事業報告書等の受領と監査、監事連絡会、八重洲監査法人監査立会い及び報告聴取、議案事前説明会、理事ヒアリング(組合員理事)、八重洲監査法人監査報告会、監事監査報告会、専務理事懇談

【員外監事の日(無期転換ルール)】

1997年の金融証券不況、2000年代初頭のIT不況、2008年のリーマンショックを経て、雇用形態は一段と多様化しました。期間の定めのある労働契約(有期労働契約)によって使用される労働者の増大です。その形態は、期間社員、アルバイト、嘱託、パート、契約社員、日雇い、臨時工、季節労働者など様々です。こうした流れを受け、有期契約労働者の保護の一環として、法的ルールの整備が進みました。その延長線上に、「無期転換ルール」の導入が位置付けられます。(続)

パルのことなら なんでも聞いて

あなたの疑問や質問にお答えします。商品のことや事業活動、組合員活動のことなど、何でもお尋ねください。お待ちしています（P15の用紙に記入して、配送便でご返送ください）。



①『生からつくった真だら切身（骨とり）』は生から三枚におろし骨を取り除きました

Q1 骨取り魚の骨はどうやって取っているの？

切り身（フィレ）の骨を取り除く方法は、骨の部分を含むなどでそぎ落とす「トリミング」と、機械やピンセットなどで「一本一本抜く」方法があり、商品特性に応じて使い分けています。（①）骨取り作業は、おもにベトナムや東南アジアの工場で行なっています（工場の作業については、点検や確認の実施を文書できちんと取り決めていきます）。骨取り用の機械を導入している工場もわずかにありますが、最後は人の手でいねいに取り除きます。ちなみに『鮭フレーク』も一種の骨取り商品と言えます。

骨取り魚は、もともと病院食向けに開発されたものでした。高たんぱく、低脂肪の魚を使いたいけれど骨がつかえるため、あらかじめ骨を抜いて提供したのです。それが、「骨を気にせず食べられる」ことから、小さい子どものいる家庭でも支持され広まりました。

最近では取り除くではなく、骨ごと食べるものが増えてきました。パルシステムでもあじやさば、さんまを加熱加工した「骨まで食べられるシリーズ」が人気を集めています。

Q2 花見糖から色の濃いもの（黒または褐色）が出てきました

花見糖の砂糖と蜜糖が集まって固まった（蜜ダマ※蜜のかたまり）と思われる。（②）蜜糖には付着性があるため、花見糖表面に付着しています。この付着している蜜糖が、時間経

ると、蜜糖が光合成をしっかりと行っていれば登熟（完熟）するので果皮が色むらでも出荷基準内としています。ただし、全体の1/4以上がそのような状態の場合は出荷基準外とすることを産地と共有しています。（③）



Q3 すいかの果皮の色が黄色っぽく、通常のように黒い線がしっかりと入っていませんでした

すいかやメロンは栽培中に「玉まわし」という作業を行います。これはすいかの実がある程度の大きさになると、太陽の光が実に均等に当たるようにすいかを人の手で回す作業のことです。その作業がしっかりと行われないと、表面に色むらができる場合があります。また、すいかやメロンは玉の下に敷物を敷いて地面と接触しないように調整します。しかしながら、風の影響などでその敷物がずれてしまい、結果直接地面に接する時間が長くなって黄色っぽくなる場合があります。

一般的には葉が光合成をしっかりと行っていれば登熟（完熟）するので果皮が色むらでも出荷基準内としています。ただし、全体の1/4以上がそのような状態の場合は出荷基準外とすることを産地と共有しています。（③）

Q4 やすい屋など、インターネット限定商品（タバソダの「ワケあり特価」）はいつ商品入れ替え、在庫の補充がされますか？

配達日翌日の14時30分に更新されます。なお、数量限定商品は各曜日ごとに数量を割り振り、配達曜日で公平になるように調整しています。カタログの商品と同様に、パルシステムの品質基準をクリアした商品のみを取り扱っていますが、一部の商品についてはカタログで取り扱う出庫期限を過ぎてしまった商品があります。もちろん、賞味期限内ですので、品質上には全く問題ありません。賞味期限までの期間が短い旨をご案内していますので、ご注文の際はご注意ください。

消費期限は、豆腐や精肉、生菓子など、主に長くは保存がきかない食品に用いられます。未開封で、表示されている保存方法で保存したときに「食べても安全な期限」ということです。一方、賞味期限は、一般的に「冷蔵や常温で保存がきく食品」に対して用いられ、未開封で、表示されている保存方法で保存したときにおいしく食べることができる日付を表示。日付を過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。カタログでは、製造業者が決定した期間（※）を表示しています。※設定される期間は、未開封かつ正しく保存されていることを前提とした日数です。



③ 冷温障害を起こすことがありますので、食べる前に2～3時間冷やしてください。



② 鹿児島と沖縄のさとうきびからの原料糖100%でできています。

商品についてのお問い合わせ
商品情報ダイヤル（ナビダイヤル）
0570-011-099
（午前10時～午後5時、月～金）
※なお、商品情報ダイヤルは有料になりましたので、ご了承ください。

表紙レシピ すぐそれパルごはん

豆腐ステーキ 魚介添え

調理時間 25分



● 材料（4人分）

水切り豆腐…2パック（240g×2）、冷凍シーフードミックス…320g、セロリ…8cmくらい、鶏ガラスープ…小さじ1・1/2、片栗粉…大さじ3、小麦粉…大さじ1、サラダ油…大さじ3～4、塩・こしょう…適宜

● 作り方

①セロリは筋をとってなめ薄切り、にんにくはみじん切りにする。

②シーフードミックスは半解凍しておく。

③フライパンにサラダ油を熱し、セロリを炒め、②を加えて火を通した後に、にんにくのみじん切りを入れ、鶏ガラスープの素小さじ1をふり、さらに炒めて塩・こしょうで味を調える。

④水切豆腐は、ペーパータオルなどで水気をとり、半分にした後、厚みが半分になるように切り、鶏ガラスープの素で下味をつける。

⑤バットに片栗粉と小麦粉を入れて混ぜ、④にしっかりと衣をつけて余分な粉は落とす。

⑥フライパンに大さじ2～3のサラダ油を熱し、中火で豆腐の中まで火が通り、焦げ目がつくまで両面を焼く

⑦皿に⑥と③を盛り付ける。



食育サポーター
高島 敦子

豆腐と魚介を使って夏の主菜にしました。彩りよく野菜を添えると食欲もアップします。

あ！
やってみよう

学び
体験

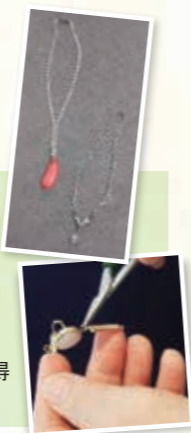
ビーズで
アクセサリー作り

ビーズは種類も色も豊富で、ピアスやブレスレット作りなど簡単なものから始められます。今回はピアスの作り方をご紹介します。自分の作ったお気に入りのアクセサリーを日常に取り入れてみませんか？

Profile

今月の講師 柳澤 典代 さん

カルチャーヘルパー
ビーズインストラクター
ビーズアートステッチ技能認定証取得
マクラメジュエリー技能認定証取得

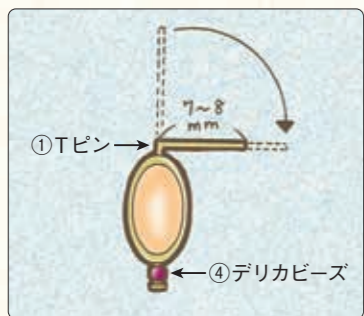


【材料 (1セット分)】 制作時間：30分～1時間

- ① Tピン 2個
- ② 9ピン 2個
- ③ デリカビーズ 24粒ほど(フレーム内用)
- ④ デリカビーズ (③とは色違いのもの) 2粒
- ⑤ デリカビーズフレーム (小) 2個
- ⑥ エポビーズ 2個
- ⑦ ステンレスU字ピアスまたはイヤリング 2個

<必要な道具>

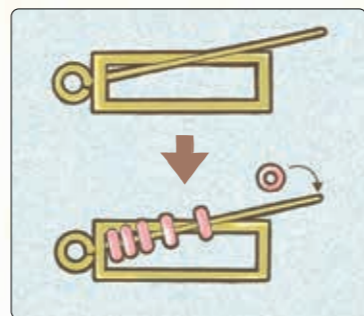
- ニッパー
…余分な金属の切断に使用します
 - 丸ペンチ 2本 (溝が無いもの)
…パーツを固定しながら、形を整えるために使用します
- *材料・道具は全て手芸店などで購入できます。



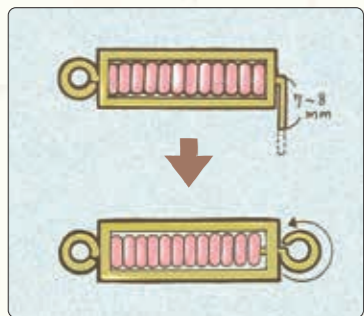
① 【材料①】のTピンに【材料④】のデリカビーズ1粒と、エポビーズの順に通す。丸ペンチでTピンを90°に曲げ、7～8mm残してニッパーでカット。



② 丸ペンチでTピンの切った先端を少し曲げてから、輪の形に丸める。これで1つ目のパーツが完成！



③ 【材料②】の9ピンを【材料⑤】のデリカビーズフレームの針側だけを差し込み、【材料③】のデリカビーズを通す。(1つのデリカビーズフレームにつき12粒ほど)



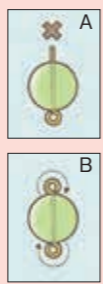
④ 9ピンの針側もデリカビーズフレームに通し、丸ペンチではみ出した針側を90°に曲げ、7～8mm程残してニッパーでカットする。残った針は、9ピンの丸型のように丸ペンチで丸くして整える。これで2つ目のパーツが完成！



⑤ 最後に、丸ペンチで輪の形を少しひねって広げ、【材料⑦】のステンレスU字ピアス、1つ目のパーツ、2つ目のパーツの輪を鎖のようにつなげれば完成！(ピアスの完成サイズはピアス金具の下から4cmほど)

9ピンをきれいに丸めるコツ！

- 1) 輪を作るとき、もともと9ピンにある輪と同じように正面を向けること。(図A)
- 2) ピンの先端が、もともと9ピンにある輪の先端と同じ向きにならないようにすること。ピンの形全体がS字になるよう、丸めましょう。(図B)
- 3) ピンを曲げるとき、ビーズを持っている方の親指を9ピンの輪にくい込ませて固定すると、作業しやすくなります。



【問い合わせ】組織運営部 0120-921-170 9時～17時半 月曜～金曜



豊かな自然に囲まれた場所にワイナリーがあります



月山ワインの製造の様子

豊かな山々の自然ときれいな水に恵まれ、1日の寒暖の差が大きいことから良質な果樹が育つ山形県鶴岡市。ぶどうの栽培も盛んで、さまざまな品種のぶどうが生産されます。甘味と酸味のバランスのよいその品質は、ワインやジュース作りに適しており、パルシステム埼玉が取り扱う月山ワインや微発泡ワイン、月山ぶどう果汁は、JA庄内たがわが運営するワイナリー「月山ワイン山ぶどう研究所」で造られています。

いよいよ夏の暑さも本番。キリリと冷やした微発泡ワインや白ワインで夏の夕べを楽しみませんか。

自然豊かな山里のワイナリーで
造られています

パルシステム埼玉が田んぼ体験や女性生産者料理教室など、産地交流を行なっている山形県の庄内産直ネットワーク（JA庄内たがわ、庄内協同ファーム）には、庄内地方ならではの独自商品があります。



庄内のおき、いかがですか？



◇ソレイユ ルバン

ビアンコ・フリッツァンテ (右)

720ml 2,106円(税込)

山形県鶴岡市西荒屋地区で棚栽培された良質の甲州ぶどうのみ使用。引き締まった酸味と旨みのある微発泡タイプの白ワインです。

※ビアンコ フリッツァンテとは「白の微発泡」の意味です。

ロザート・フリッツァンテ (左)

720ml 1,890円(税込)

山形県鶴岡市(旧朝日村)で垣根栽培された良質のヤマソービニオンを使用。鮮やかなロゼ色の爽やかな酸味と酵母由来の旨みのある微発泡タイプのロゼワインです。

※ロザート・フリッツァンテとはロゼの微発泡の意味です。

◇月山ぶどう果汁

鶴岡市朝日地区のワイン原料用のぶどう「ヤマソービニオン」から作られた、保存料を一切使用していない、しぼったままの100%ぶどうジュースです。

720ml 1,026円(税込)



◇月山ワイン「豊穰神話」

鶴岡市朝日地区産ヤマソービニオン種と庄内地区で栽培されたセイベル種を使用した美味芳香なワイン。

ヤマソービニオン (右)

720ml 1,350円(税込)

鮮やかな色合いと野性味のある酸味が特徴の赤ワイン。

セイベル (左)

720ml 1,296円(税込)

さわやかな香りと冷涼感のある味わいのバランスのとれた甘口の白ワイン。



News & Info

パルシステム関連での最新のニュースや情報を
読者のみなさまにお届けします。

News パルシステム埼玉の動き

4月14日(土) わくわく農園 開園式

沃士会(深谷市)

パルシステム埼玉はわくわく農園開園式を開催しました。(1)
オリエンテーションの後、生産者と一緒に畑に入り草取りを行いました。綺麗になった畑に、夏の収穫に向けて、枝豆とうもろこしの種を撒きました。初めて見る種に子どもも大人も興味津々。「1つの種でどのくらい実ができる?」「お家でも育てられる?」「何日くらいで収穫ができる?」など、大人だけでなく子どもたちも生産者に質問する姿が見られました。

5月11日(金) (株)パル・ミートの食材を使って 弁当作り

ばる★てらす(さいたま市)

商品委員会テーマグループ「考えよう!食品の今」はパルシステムの冷凍食品を使ったお弁当作りを開催しました。(4)
始めに、(株)パル・ミートの伊藤典さん、パルシステム連合会の南翔児さんによる、お弁当作りのメインになる「ポークウィンナー」と「までっこ鶏チキンナゲット」の商品学習を行いました。どちらの商品も「安心して食べられるおいしさ」を追求しており、必要のない添加物を使わず作られています。「素材のおいしさを重視し、化学調味料は一切使用していないから、ウィンナーもチキンナゲットも肉本来のおいしさを実感できます」と伊藤さんは説明しました。

後半はお待ちかねのお弁当作り。まずは「ポークウィンナー」をカレー粉をふったパイシートで包んだ「ウィンナーのパイ包み」を調理しました。ほかにも、お弁当作りに便利な冷凍食品、ごはんのお供にぴったりの佃煮など、

この日はほうれん草の収穫も行いました。採れたてを食べた参加者からは「甘い!」と感動の声が。新鮮でしゃきしゃきのほうれん草を収穫しながら、あまりのおいしさについてい食べ過ぎてしまう子どもたちもいました。
わくわく農園は、生産者の指導のもと、半年かけて土づくりから種まき、草取り、収穫まで、農業の苦労や喜びを体験します。食卓で並ぶ野菜を育ててみると、毎日の食事がよりおいしく感じられるかもしれません。

4月20日(金) シーボーン昭徳 魚の学習会

ばる★てらす(さいたま市)

商品委員会「考えよう!食品の今」テーマグループは、パルシステムのオリジナル商品「九州産天日干しあじひらき」や、「九州産塩さばフィレ」の加工メーカー、シーボーン昭徳(佐賀県)魚の学習会を開催しました。(2)
講師に、富栄海運(有)唐津営業所シーボーン昭徳の西木孝明さん、全国漁業協同組合連合会の渡邊淳一さん、鎌田啓佑さん、パルシステム連合会の江口優さんを招き、漁獲から製造、販売までを一貫して行う、シーボーン昭徳の素材や加工へのこだわりと、パルシステムとの産直連携についてお話いただきました。

講義後は、西木さんの実演をお手本に、あじの開きとさばの三枚おろしに挑戦しました。ふだんはなかなか魚をさばく機会がないと話す参加者のみなさん、驚沢なお弁当ができて上がりました。
おいしいものが詰め込まれたお弁当に舌鼓を打ちながら、パルシステムのメーカーと産地が守り続けている「安心して食べられるおいしさ」を実感することができるとなりました。

5月17日(木) 埼玉産直協議会『農・彩・土』 第8回総会

ばる★てらす(さいたま市)

第8回埼玉産直協議会『農・彩・土』の総会が開催されました。(5)
『農・彩・土』とは、2011年に産直産地の沃士会と南埼玉産直ネットワーク、パルシステム連合会、(株)ジーピース(パルシステムの米・青果の子会社)、パルシステム埼玉の5団体が、交流を通じて産地消費をすすめる、県内農業と環境を守ることを目的に設立され、産地交流や産直商品の開発など、さまざまな活動に取り組んでいます。

『農・彩・土』会長の矢内克志沃士会代表の挨拶、各団体代表の挨拶に続いて議長を選出。その後2017年度活動報告並びに収支決算・監査報告など、3つの議案が提案され、すべて承認されました。

総会後は、今年度より新たに賛助会員として加盟した埼玉福興株式会社代表の新井利昌氏に高齢者や障がい者な

さんですが、最初は緊張した様子も慣れるにつれ、思い切りよく包丁を動かしていました。
最後は、「九州産天日干しあじひらき」の酒蒸しや「九州産塩さばフィレ」の竜田揚げ、お料理セット2種を調理し、パルシステムの「コア・フード山形つや姫」のごはんとともにランチ交流会を楽しみました。

5月7日(月) 東海村とフクシマから学ぶ

ばる★てらす(さいたま市)

平和・国際委員会テーマグループ「ピース・インター」は、茨城県東海村の村上達也元村長をお迎えして日本の原子力政策とそれに依存する自治体の実態についてお話いただきました。(3)
原子力発祥地と言われ、日本原子力発電の東海第2原発が立地する東海村で4期16年村長を務めた村上さんは、1999年のJCO臨界事故と2011年の東日本大震災の経験を経て、原発のある自治体の首長でありながら脱原発に転じ、2013年の引退後も原子力撤廃を訴え続けています。

「原発による恩恵は一炊の夢でしかありません。立地自治体ではあらゆる産業が衰退し、自力で発展できなくなるのです」。原発に依存したまちは原発からの脱却が必要であると村上さんは警鐘を鳴らします。
また、世界は自然エネルギーの開発・投資の波にあると話し、原発を推進する国のエネルギー政策にも言及しました。現在、停止中の東海第2原発の再

ど、労働弱者の働き場を生み出し、農福連携を実現する「ソーシャルファーム」の取り組みをお話いただきました。

Information

組合員のみさまへのお知らせ

子どもといっしょに楽しむ・考える、 エコライフフェスタ開催!!

親子で楽しめる環境イベントです。夏休みの自由研究に役立つ企画が盛りだくさん!パルシステムの人気商品の試食・販売もあります。ぜひご参加ください!
日時 7月28日(土) 10時~13時半
会場 ばる★てらす
定員 200名
申込 パルシステム埼玉受付センター
0120-860678
申込締切 7月20日(金)
問い合わせ 申込先と同じ
※詳しくはあすーるポケット7-12をご覧ください。



★みなさんの活動をご紹介します!!
地区会、サークル、テーマグループなどでの組合員活動。原稿(300字程度)と写真画像1点を広報課までお寄せください。
※原稿は一部編集させて頂く場合がございます。
お問い合わせは 0120-985-058
毎週発行の「あすーるポケット」にイベントの予定を掲載しています。

5 第8回埼玉産直協議会『農・彩・土』総会を開催



4 パルシステム商品がいっぱい詰まったお弁当ができました!



3 平和で安心できる暮らしのために私たちにできることは



2 あじの開き作りに挑戦



1 野菜づくりを通じて「食」の大切さを学べます



Letters

みなさんからの便り

採用させていただいた方に、
500ポイントをプレゼントします。



フリートーク

「洗濯用粉石けん」

石けんを使い始めて30年位になります。以前はぬるま湯で溶かしたり、少し手間がかかりました。粉石けん、とても使いやすくなって感激です。しっかりとふわふわ。改善していただきありがとうございます。

越谷市 小島 恵子さん

「ガンバレ」

孫が生まれてもうすぐ1年になります。娘もパルシステムにお世話になってます。離乳食時期、色々便利な食材を利用して、手早く離乳食作りをしています。ガンバレ新米ママ。

入間市 菅野 洋子さん

「生協の父」

賀川豊彦さんの話を初めて知りました。こういう方が始めてくれたおかげで、今の私達が生協の恩恵を受けて暮らせます。本当に元を知るには良いことだと思いました。ありがとうございます。

所沢市 鈴木 良子さん

「沃土会ファン」

沃土会のお野菜はポリウム満点です。無農薬の野菜はペットのうさぎちゃんにもおすそわけ。人参のはっぱがついてくるので、それが一番の好物です。

川越市 小島 飛鳥さん

「グリーンカーテン」

今年も我が家のベランダにグリーンカーテンを作ります。先日、パルシステムのグリーンカーテンコンテストにエントリーしました。ゴーヤ作りは4回目、豊作になればいいなあと思います。ゴーヤの花は早朝開花して、さわやかな香りを放ち、蜂やカマキリのお客さまも来ます。

越谷市 ブルーベリー

「世界地図」

パルのカタログで世界地図を購入しました。国名が変わったり、位置がよくわからなかったりでピンとこない事が多かったのですが、スッキリです。国旗もすべて載っていて、見たこともない国旗もあり、見るととても楽しいです。

飯能市 奥津 理子さん

「新居?!」

竿にかけていた針金ハンガーが2本方向不明になりました。何と犯人はカラスです。今まさにくわえて飛び去る所を目撃。すると近くの大きなけやきの中へ…。翌日、下から見上げると針金まじりの雑な新居ができ上がっていました。何か複雑な気持ちです。

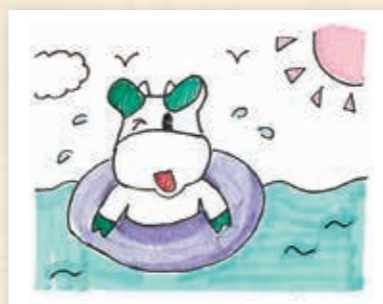
川越市 T.W

テーマ

「夏休み」

夏休みはお盆に4泊5日で帰省するので、お盆前後に大変な宿題をそれぞれ1つずつやると教えているのに、後半にたっぷり残してしまっ息子。昨年は時間が足りず、絵は途中で終わらせてしまっ始末。今年もまた、まったり息子に私のイライラばかりたまる夏休みになるのかなあ：トホホ。

上尾市 ママ



さいたま市 Haruka

今年の夏休みは、祖父母に会いに青森に行く予定です。幼い子ども達にとって、初めての青森！祖父母（子どもたちにとっては曾祖父）の喜ぶ顔が今から楽しみです！

「夏休みの思い出」

私が子どもの頃、年1回の大事事として私の父は、家族で列車を使って旅をするのが恒例でした。旅行会社へ任せて、プランをたててもらっていました。旅行列車、夜行バス、着いてあちこち見学しました。まるで修学旅行のようでした。

坂戸市 服部 幸子さん

「休みなし」

今年の夏は昨年亡くなった義父の新盆なので、忙しそうです。夏休み＝盆休みなので、休みなし：トホホ。

羽生市 美千代さん

「甲子園」

夏休みといえば、子どもの時からずっと高校野球が楽しみでした。いつの間にか主役の球児の親の年齢になり、別の角度から涙することも。そして娘が吹奏楽を始めてからは、コンクール本番の夏となり、楽しみとドキドキが増えまします。

比企郡 あまぐり

お知らせ

知っく! パルシステム

「キッズ特典」が 変わりました!

パルシステム埼玉では、未就学(小学校入学前)のお子さんがいらっしゃる組合員を対象にしたキッズ特典があります。6月1回から特典の内容が変更となり、利用していただきやすくなりました。

【改定前】1回5,000円以上(税込)ご利用で当該企画のパルシステム手数料「無料」

【改定後】1回3,000円以上(税込)ご利用で当該企画のパルシステム手数料「無料」

(スクエア掲載サービス、パルシステム手数料、増資などは合計金額から除く)

※ベビー特典対象者は、同時にキッズ特典もお申込みとなり、自動的に適応されます。

※パルシステム埼玉では、キッズ特典以外にも手数料減免制度があります。詳しくはパルシステム埼玉ホームページをご覧ください。

埼玉県情報

コバトンnote

オリンピック2年前イベントを開催
競泳の瀬戸大也選手と星奈津美さんによるトークショー、競技体験やホストタウン相手国PRなどを実施します。県内で4競技が開催される東京2020オリンピックをみんなで盛り上げましょう。
※参加費無料・申込不要
日時 平成30年7月21日(土) 22日(日)
会場 イオンレイクタウン(越谷市)
問合せ 埼玉県オリンピック・パラリンピック課
048-830-2892
〒300-2020 埼玉県 越谷市



from Editor

編集後記

この頃は暑さでだらだらとしてしまい、昼頃は暑さ疲れ(?)で眠くなってしまう。そんな時にラムネを5〜7粒一気に食べると眠気が飛ぶと知り、最近ラムネを常備して食べています。甘みと爽やかな酸味と懐かしい味に、眠気と一緒に暑さも飛ばせば良いなあ。(S)



「あすーる」はスペイン語で「青」という意味です。明日のあすとアースの意味もこめられています。

9月号テーマ「やる気を引き出す方法」 締め切りは7月27日(金)

Quiz



名前 _____
組合員番号 _____

読者アンケート

7月号で掲載した内容で、良かった項目に「V印」を、いくつでもご記入ください。ご意見などがございましたら、併せてご記入ください。

- 特集パルシステムなら産直時短! “選ぶで変わる”ほんもの実感
- ~びい、あらいぶ~に変わりました! あ! やってみよう
- ヒバクシャ国際署名に取り組みます News & Info
- やっぱパルが好き Letters
- 理事会レポート 知っく! パルシステム
- 監事報告 おしえて! パルレシビ
- パルのことならなんでも聞いて クイズ
- すぐそれパルごはん

ご意見 _____

(お便りだけ記入しても OK)

あなたの一言やイラストをお寄せください。また、最近気になるニュースや「あすーる」で取り上げてほしい話題などもお寄せください。ペンネームでも OK。(ペンネームがない場合は実名で掲載させていただきます。)



おしえて!!

パルレシピ



夏の作りおきレシピをおしえてください

越谷市 K・K



ADVICE



食育サポーター
比留間ゆき

見た目も鮮やか、カラーピーマンの甘味が感じられる一品です。たくさん作っておくと重宝しますよ。

今月のメニュー

カラーピーマンのカラフルマリネ

材料

カラーピーマン 赤、黄…各1~2個
調味料 [EXVオリーブオイル…大さじ2、米酢…大さじ2、
塩…小さじ1/2、にんにくのみじん切り…1/2片分、
粒マスタード…小さじ1]
ドライパセリ…小さじ1/4、こしょう…適宜

作り方

- ① カラーピーマンは半分に切り、グリルで表面を真っ黒に焼き上げ、冷水にとって皮をむいたら5mm幅に切る。
- ② バットに調味料を混ぜ入れ、①を浸す。
- ③ 食べる直前にパセリとこしょうをふる。

おすすめの一品



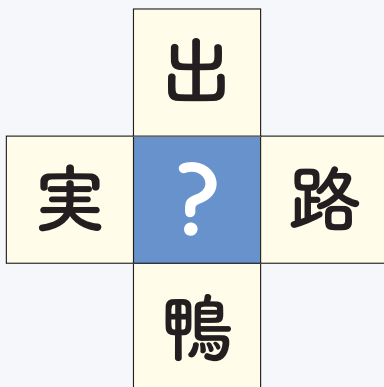
【エキストラバージンオリーブオイル】
400g 657円(税込)

9ページの「すぐそれパルごはん」と裏表紙の「パルレシピ」のレシピ集は、パルシステム埼玉のホームページの「食育サポーターのおすすめパルレシピ」でご覧いただけます。ホームページはコチラ→<http://www.palsystem-saitama.coop/>
食育サポーター/パルシステム埼玉の「食育の定義」「食育のすすめ」に沿った食育推進リーダーとして料理教室や学習会の講師などを務めます。

Quiz

あたまの体操

右の空欄の中に、ある漢字をあてはめると、二字の熟語ができます。空欄に入る文字を考えてください。



● 締め切り/7月27日(金)

● 正解者の中から抽選の上、5名様に500ポイントをさしあげます。

● このページの裏に解答を記入し、切り取ってお手持ちの封筒(使用済みでも可)に入れて、広報課宛にご提出ください。お便り、イラストもお待ちしております。

先月の解答は



「抱」でした。

抱腹(ほうふく):腹をかかえて大笑いすること(さま)。

応募総数5月号のQuizの応募総数は192通で190通正解でした。

広報課行き

ご記入いただいた個人情報は、利用目的の範囲内で利用いたします。ご本人の同意なく利用目的以外で利用することや第三者への提供は致しません。また不要になりました情報は速やかに処分を行います。(利用目的)・あすーる紙面への掲載・抽選の当落結果の連絡・クイズ当選者用資料送付・クイズ当選者の名簿作成・ご意見、ご質問への回答