

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



8

2018 August  
NO.288

理念：心豊かな暮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



特集

## 第25回通常総代会を開催しました

2018年度事業活動方針 みんなですすめること 3

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT  
GOALS

第1回「ジャパンSDGsアワード」受賞



詳しくはこちら

# 第25回通常総代会を開催しました

6月11日（月）、パレスホテル大宮（さいたま市大宮区）で、パルシステム埼玉第25回通常総代会を開催し、総代総数366名のうち、343名（本人出席160名、書面議決書183名、代理出席0名）が出席しました。パルシステム埼玉の理念「心豊かなくらしと共生の社会を創ります」のもと、5つの議案が審議され、すべて賛成多数で可決されました。



## 採決状況

議案	採決結果
第1号議案 2017年度事業活動報告・決算及び剰余金処分案承認の件（監査報告）	反対 4 賛成 326
第2号議案 第5期中期計画決定の件	反対 6 賛成 329
第3号議案 2018年度事業活動方針・予算決定の件	反対 3 賛成 332
第4号議案 役員報酬限度額決定の件	反対 6 賛成 326
第5号議案 役員退職慰労金支給の件	反対 6 賛成 316

## 2017年度決算報告

科目	実績 (単位：千円)	前年比 (%)	予算比 (%)
供給高	26,236,566	102.0	101.6
供給剰余金	6,082,177	101.5	100.3
その他 事業収入	887,697	96.2	100.2
事業 総剰余金	6,969,874	100.8	100.3
経常剰余金	397,441	103.3	145.8

## 剰余金処分案

		(単位：円)
I 当期末処分剰余金		420,496,250
II 当期処分		
1 法定準備金	185,000,000	
2 出資配当金	6,318,850	
3 利用分量割戻金	102,403,616	
4 任意積立金		
(1) 施設修繕・改築積立金	4,304,186	
(2) NPO活動等積立金	2,500,000	
(3) 東日本大震災復興支援積立金	1,216,170	
(4) 事業品質向上積立金	10,758,300	
(5) 税効果調整積立金	3,350,242	
	315,851,364	
III 次期繰越剰余金	104,644,886	

付記事項  
出資配当金及び利用分量割戻金は、原則として全額本人への出資に振替させていただきます。

## 2018年度事業活動方針 みんなですめること

1 着実な成長をつくるために資源を有効に生かし、協同組合の価値を広めます。

- 【経営】
- 供給高（\*1）265億円、経常剰余率（\*2）1.2%を達成し、安定した経営を行います。
  - 「働きやすさ」と「働きがい」が両立できる組織づくりをすすめ、雇用安定を図ります。
  - 老朽化や法改正に対応するため、順次センターの改修を行い、職場環境を向上させます。
  - 将来を担う職員の人材育成として、基本研修を行うとともに、異業種交流をつうじて、組織の課題改善につなげます。
  - CSRレポート（\*3）を活用しながら、生活協同組合の価値を知る機会を、機関誌「あす」やホームページで広報します。また、スマートフォン普及に伴うホームページのあり方を検証し、閲覧しやすい仕組みを研究します。
  - 改正個人情報保護法に沿った取り組みの強化や、コンプライアンス（\*4）教育を実施しながら、適切な業務執行を行います。また、定期的な内部監査を実施し、実効性を確認します。

2 パルシステム組合員の輪を広げ、持続可能な事業と地域見守りを行います。

【パルシステム事業】  
① 試食会やイベントなどで、商品の良さを実感し

- てからの加入を伸ばし、組合員純増数5733名を達成し、更なる組織率アップを目指します。
- CO・OP共済（\*5）を推進するため、生協らしい伝える活動を、組合員活動と連携して行い、保有件数57800件を目指します。
  - 電力事業・葬祭事業の紹介を積極的に行い、食以外の分野でもパルシステムがお役に立てる事業としての認知向上をすすめます。
  - 「安全運転」の意識と技術の向上に取り組み、交通法規の遵守と交通事故防止に努めます。
  - 地域見守り協定（\*6）に基づいた「見守り安心サービス」を広げます。
  - 若年層や子育て層を中心に試食会を開催し、パルシステムの食育とお友達紹介の双方が両立できる様に、組み立てます。
  - 安定したパルシステム事業を維持する仕組みをつくるために、パルシステム埼玉直接雇用職員での配達を増やし、配達現場の課題解決に取り組みます。



### 事業・経営

- 1 パルシステム埼玉 CSR レポート
- 2 異業種交流部会  
パルシステム商品のメーカーを招き、職員が商品知識を深め組合員に伝えます
- 3 ドライバーズコンテスト  
配送担当者の運転技術の強化と業務品質の向上を目指します



### 用語説明

- （\*1）供給高  
パルシステム埼玉から組合員にお届けする全商品の総額。
- （\*2）経常剰余率  
1年間の経営活動によって得られた経常剰余金の総事業高に占める率。
- （\*3）CSRレポート  
環境や社会問題などに対して、企業は倫理的な責任を果たすべきとする「企業の社会的責任（CSR）」の考え方に基づいて行う社会的な取り組みをまとめた報告書。
- （\*4）コンプライアンス  
一般に「法令遵守」と訳されるが、広くは会社の内部ルールや倫理、道徳などの社会的規範を守って行動されること。
- （\*5）CO・OP共済  
主に地域の生協で取り扱っており、組合員相互の助け合いによって、組合員のくらしの経済的リスクを保障する制度。
- （\*6）地域見守り協定  
配達の際、組合員や地域の高齢者などの異変に気付いた場合、行政等と事前に取り決めていた連絡先に速やかに連絡・通報を行うというもの。

### 3 事業と活動が連携し、食の安全・安心と環境課題に取り組みます。

- 【食の安全・安心】
- ①「ほんもの実感」くらしづくりアクション（\*7）をとおしてエシカル消費（\*8）を組合員に広げる取り組みを行います。
  - ②産直産地やパルシステム取引メーカーの学習会を多方面で行い、「教えてもらって良かった」「伝えて良かった」のような相互理解を広げます。
  - ③商品を直接見て、手に取り、味わい、組合員がパルシステムの商品の価値を実感できる場をつくり、利用普及につなげます。
  - ④県内産地「農・彩・土」交流をつうじた「産地地消」を広げます。また、遠隔地交流としての庄内産直ネットワーク（\*9）の「米づくり」を中心に相互交流をすすめます。

### 4 組合員のライフスタイルを考えながら、活動や運動への参加・参画の幅を広げていきます。

- 【活動と運動】
- ①在宅で参加できる組合員活動としての「自宅商品モニター」を継続し、活動のきっかけの場として広げていきます。
  - ②サークル（\*12）やボランティアなど、ライフスタイルの変化に順応した誰もが参加しやすい活動の形を整備していきます。
  - ③地域に根ざした活動がしやすいよう、集える場となる拠点の確保や拡充など、支援のあり方について協議します。
  - ④組合員のくらしに影響する事や、社会的課題についての学習会を開催します。
  - ⑤平和活動政策に基づいた、平和行動・ヒバクシャ国際署名（\*13）・憲法の学習会を実施します。
  - ⑥東日本大震災を風化させない取り組みとして、被災地への訪問、県内避難者へのケアと埼玉県内での保養を関係団体と一緒に実施します。
  - ⑦地元の企業や団体とともに、森林を守る里山保全活動をおおて木の文化を学びます。

- 【環境】
- ①リユースびん回収をはじめ、3Rであるリデュース（削減）・リユース（再利用）・リサイクル（再利用）活動を目ざして取り組みます。
  - ②「うちエコ診断」（\*10）など、様々な取り組みを行い、組合員家庭における省エネルギーを推進します。
  - ③脱原発に向けた、再生可能エネルギーを広げるために、学習会やイベントでの広報を行い、パルシステムでんき（\*11）の普及を推進します。
  - ④「石けん」の利用普及への取り組みをつうじて、環境保護への意識を醸成していきます。

### 5 少子高齢化に向き合い、助け合い、やくらしを支え合う活動を、地域団体や行政と連携しながら取り組んでいきます。

- 【福祉・社会貢献】
- ①健康寿命を延ばすための講座など、シニアを対象にした企画を行い、生きがいを持って楽しくくらす活動を推進します。
  - ②「障がい」について学び、互いに助け合い、支え合う「共生の社会」づくりを推進します。
  - ③子育て支援を継続し、他団体との連携や企画などをつうじて、参加・参画をすすめます。
  - ④いきいきネットワーク（\*14）の応援者向けの学習会や交流会を継続し、活動のしやすい環境づくりを行います。また、支援を必要としている方へ情報が届くような広報を行います。
  - ⑤フードバンク（\*15）活動の理解と浸透を図るためにフードドライブ（\*16）を実施し、食品ロスの削減や、生活困窮者支援をおおて、子どもの貧困対策に取り組みます。
  - ⑥消費者被害防止のために、埼玉県で行なっている活動や埼玉消費者被害をなくす会（\*17）の活動に協力していきます。

#### 用語説明

##### （\*7）「ほんもの実感！」くらしづくりアクション

3つの行動テーマ①価値を知り、選ぼう ②作り手と会おう!話そう! ③ムダなく使いこなそう!を掲げ、「消費者一人ひとりの“選択”こそが世の中を変える力を持つ」という呼びかけのもと、パルシステムの「商品づくりの基本」に沿って作られた商品(=ほんもの)の利用を広げる運動。

##### （\*8）エシカル消費

環境への負荷、社会貢献などを重視して生産された商品やサービスを選択的に消費する行動及び理念。エシカルは倫理的、道徳的の意。

##### （\*9）庄内産直ネットワーク

山形県の「JA 庄内たがわ」と「農事組合法人庄内協同ファーム」、両者の米生産者で組織される「庄内ふーど米生産者協議会」の3団体で設立。パルシステム埼玉は賛助会員であり、産地交流を企画している。

##### （\*10）うちエコ診断

家庭の年間エネルギー使用量や光熱費などの情報をもとに、専用ソフトを用いて、お住まいの気候やご家庭のライフスタイルに合わせて無理なくできる省CO<sub>2</sub>・省エネ対策を提案するもの。

##### （\*11）パルシステムでんき

2016年の電力自由化に伴い、パルシステム連合会の子会社（株）パルシステム電力で開始した電力供給。再生可能エネルギーに挑戦する産直産地や地域と連携し、FIT電気（再生可能エネルギー）を中心とした電力供給を行なっている。

##### （\*12）サークル

組合員とその仲間が社会的、文化的な生活の向上を実現する目的で、自主自発的な活動を組合員の活動として組織。メンバー構成や活動内容により「活動サークル」と「地域サークル」の2種類に区分される。

##### （\*13）ヒバクシャ国際署名

核兵器廃絶を実現するため、2016年4月、平均年齢80歳を超えたヒロシマ・ナガサキの被爆者が国際署名を開始。核兵器禁止条約が議論されている国連総会に2020年まで毎年届ける。

##### （\*14）いきいきネットワーク

組合員が応援者となり、利用者宅での家事援助や育児支援など、くらしの中の困りごとに対する支援を行う制度。

##### （\*15）フードバンク

各家庭や企業の余剰から発生した食品を引き取り、品質に問題がないにも関わらず市場で流通できなくなった食品を生活困窮者や福祉施設などへ無料で提供する団体や活動のこと。

##### （\*16）フードドライブ

家庭で余っている食品を、学校や職場などに持ち寄り、これらを地域の福祉団体や施設、フードバンクに寄付する運動。

##### （\*17）埼玉消費者被害をなくす会

特定適格消費者団体 NPO法人埼玉消費者被害をなくす会。商品やサービス、契約などに関して、行政や専門家などとのネットワークのもとに、消費者の被害の問題の解決や未然防止・不拡大、権利の確立などを目的に活動。



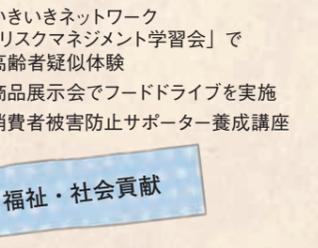
#### 活動と運動

- 7 居場所づくり連続講座「私が描く“ここちの場所”をカタチに」
- 8 宮城県南三陸町スタディツアー
- 9 今年度もヒバクシャ国際署名に取り組みます



- 10 いきいきネットワーク「リスクマネジメント学習会」で高齢者疑似体験
- 11 商品展示会でフードドライブを実施
- 12 消費者被害防止サポーター養成講座

#### 福祉・社会貢献



#### 食の安全・安心環境

- 4 商品展示会 毎年多くの人でにぎわいます
- 5 庄内産直ネットワークとの産地交流
- 6 PLAによる石けん学習会





# 発言と回答

第25回通常総代会での発言と回答の一部をご紹介します。

Q

生協の組合員理事は運営に参加し参画するという非常に重要な社会的役割を担っている。組織運営に公平公正に若い女性の担い手の参加参画を増やしてほしいが、どうお考えか。

A

理事の担い手がないなど、組織運営の課題はあります。また、女性の活躍は社会的な課題であり、少子高齢化の中で女性の参加参画はとても重要なので、組織もそれを念頭に入れて運営すべきだと考えています。

Q

今回のSDGsアワードの受賞は喜ばしい。パルシステム埼玉は、リユース・リデュース・リサイクルの取り組みもがんばっており、これまでの成果だと思う。最近、海洋汚染の中でもプラスチック汚染が世界的な問題となっている。プラスチック資材の回収も含め、日常生活の中でのプラスチックの使用について、今後の環境活動の中で力を入れていって欲しい。

A

今年度、パルシステムグループ全体でプラスチックの総量削減に取り組む計画を立てています。パルシステム埼玉では、パルシステムの取り組む、リユースびんとペットボトルの回収、リデュース、プラスチック総量削減を組合員のみならず知っていただくことが大事だと考えています。その上で組合員一人ひとりが理解して参加していただくことによって、環境汚染の問題が少しずつ改善していくことをしっかり周知していきます。

Q

中期計画策定に際して2020年ビジョンの見直しが行われているが、ホームページなどで公開されている2020年ビジョンは、2012年に総代会で決定されたものから、一部変更されている。ビジョンは長期スパンで作られるものなので、経営環境の変化に応じて見直されることがあるのは理解しているが、2020年ビジョンが総代会で決定されている以上、正式に修正するには、総代会での議決が必要ではないか。これまでの変更の位置づけを確認したい。

A

2020年ビジョンは、2012年の通常総代会で総代の皆さまから承認をいただいた後、2015年の通常総代会で第4期中期計画を提案した際に、見直した経緯があります。ビジョンの修正については、中期計画策定を含め、エリア別総代会議や議案事前説明会で皆さまと一緒に議論して承認いただけたとの認識を持っております。しかしながら今後、長期的なビジョンを作る上では、一度決議された内容は遵守していかなければならないと定められていますので、理事会の中でも慎重にすすめてまいります。

Q

「将来を担う職員の人材育成として」とあるが、具体的にどのような基本研修を行なっているのか、組織課題改善について、どのような取り組みをしているのか。

A

職員の基本研修は、パルシステムグループ全体で統一しており、1～7までのステージに体系化されています。ステージに応じてビジネスマナーやコミュニケーション能力を高めるコーチング、生協の意義など、さまざまなプロセスを踏み、ステップアップしていく仕組みになっています。

## 理事会レポート

第13期 2018年度  
第1回理事会  
2018年6月27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 「被爆者が訴える核兵器廃絶に向けた国際署名」実施の件  
昨年引き続き組合員に呼びかけることが承認可決されました。
- 配付 2018年7月23日～27日  
(配付企画 8月2回)
- 回収 締め切り 9月20日(木)
- 第2号議案 「オーストラリアカンガルー島視察」への理事海外派遣の件
- 第3号議案 「タイ産直協議会及びホームトンプナ事業25周年記念式典」へ理事海外派遣の件
- 第4号議案 2018年度理事報酬額決定の件
- 第5号議案 役員退職慰労金支給額決定の件
- 第24回通常総代会をもって退任された理事の退職慰労金の支給額が承認可決されました。

### 【特別報告】

● 役員人事委員会答申

### 【監事会報告】

● 2018年度監事監査計画について

### 理事会ピックアップ

#### 「被害者が訴える核兵器廃絶に向けた国際署名」について

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「被害者が訴える核兵器廃絶に向けた国際署名(ヒバクシャ国際署名)」を呼びかけており、昨年は、パルシステムへ18万2208筆、パルシステム埼玉には2万5465筆が寄せられました(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。

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。

※署名は、過去に署名していない方が対象です。  
※署名用紙は8月2回のカタログ(7月23～27日配付)と一緒にお届けしています。

署名はWEBサイトからもご提出いただけます。



パルシステム 平和 検索

## 監事会報告

I. 第1回監事会 6月26日開催

● 前回定例理事会の振り返りと次回理事会の議案審議をしました。

● 当月の監査活動の振り返りをしました。

● 総代会前及び当日の調査報告を行い、総代会後の調査の計画を協議しました。

● 監事報酬等について協議し、代表理事に通知しました。

● 監査法人の監査報酬について協議し、報酬同意をしました。

II. 6月の活動報告

【会議の出席・傍聴】

第25回通常総代会、定例理事会、理事共有化会議、経営会議、役員報酬審議会

【監査活動】

総代会前監査(備置書類の調査)、監事連絡会、代表理事懇談(理事・長、理事ヒアリング(組合員理事))

【その他の活動・研修等】

パルシステムグループ監事連絡会議、日本生協連総会、日本コープ共済連総会、埼玉県生協連総会・理事会・監事会、パルシステムグループ生協総会・総代会、日本監査役協会本部講演会

【員外監事の日(無期転換ルール③)】

有期労働契約は、短期の契約更新を重ねることにより、正社員より処遇が低く雇用調整がしやすい非正規労働者を確保する手段として利用されるという側面があります。

これを労働者の側から見れば、有期労働契約は、合理的理由がないのに不利な労働条件や不安定な雇用を定着させる手段と映ることが多かつたと言えます。そこで有期契約労働者の雇用の安定と有期契約の濫用的な(安易な)利用を抑制するために導入された仕組みが「無期転換ルール」です。

(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お届け時に丁度いい熟度になるよう調整をしています。

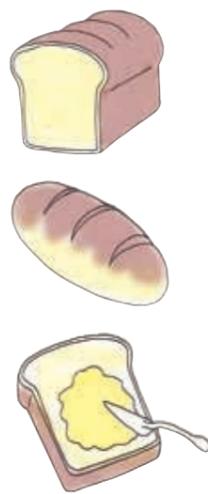
**Q1** トマトが過熟や傷んでいる状態で届きました

パルシステムでは味の良いものをお届けできるよう、出来る限り食べごろに近づけた状態での出荷を産地へお願いしています。市場ではトマトの先端が赤くなつていけば流通されますが、パルシステムでは2/3以上赤くなっているものをお届けするようにしています。トマトは樹上で完熟させたほうが美味しく、完熟させることでリコピンやカロチンの成分も多くなるので、完熟にはこだわっていきたく考えています。(1)

しかしその反面、産地出荷後の流通中に完熟から過熟となつて、軟化や傷み、当たりなどの品質劣化につながりやすい一面も持ち合わせています。産地では出荷後の流通中に進む追熟も考慮した上で、組合員宅へお届け時に丁度よい状態となるよう、収穫時の熟度を調節するように注意しています。しかし追熟の進行具合はその日の気温や実自体の個体差によっても違うため、苦慮しているのが実情です。収穫時の熟度の見極めが不十分であったり、想定よりも流通中に追熟が進んでしまった場合には、過熟や傷みの発生につながってしまうことがあります。

**Q2** 胚芽米とはどのようなお米ですか？

白米に近い状態で胚芽の部分を残して精米したお米です。栄養を多く含む「胚芽」の残存率が80%以上のもので、通常の精米機ではなく、胚芽精米専用の精米機を使用して精米されます。(2)



一般的なパン 240g / 310g / 100g  
パルシステムPB商品 0.8g / 100g

今後の取組みとして持続可能な生産方式で生産されたショートニング（パーム油）に切り替えを進めていく予定です。（トランス脂肪酸含有量0.5g未満 / 100g）

**Q3** パンのショートニング・ファットスプレッドを不使用にできないか

ショートニングは製品にふんわり、しっとり感を出すために使用しています。バターを使用しても同様の効果はありますが、バター独特の香りがパンによっては適さない場合があるため、無味無臭であるショートニングを使用しています。パルシステムのパンで使用されているショートニングは、（株）パルブレッド、他メーカーともに、すべて低トランス脂肪酸対応のショートニングとなっています。

浸水時間は60分以上を目安に、水加減や炊き方は白米と同様に炊くことができます。お米を洗う際に強く研いでもしまつと胚芽が取れたり、水に溶けやすいビタミンB群が溶け出ししてしまうため、1回さつとすすぐ程度にしてください。



③パルシステムが第1回「ジャパンSDG'sアワード」を受賞

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10:00～午後5:00 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。

**Q4** 「SDG's（エスディーズ）」って何ですか？

SDG'sは（エスディーズ）は、「Sustainable Development Goals（持続可能な開発目標）」の略称です。2015年9月に国連サミットで採択されたもので、2013年までに貧困や飢餓の問題をはじめ、エネルギー、気候変動、環境問題など、いま直面している多くの課題を地球に住むすべての人で協力して解決していこうという、17の目標です。(3)では、どんな目標があるのか、今号よりピックアップして注目していきます。



1. 貧困をなくそう  
あらゆる場所で、あらゆる形態の貧困に終止符を打つ。



2. 飢餓をゼロに  
飢餓に終止符を打ち、食料の安定確保と栄養状態の改善を達成するとともに持続可能な農業を推進する。

## 表紙レシピ すぐそれパルごはん

### 辛味漬け 豚バラ

調理時間 25分

● 材料（4人分）  
豚バラブロック…400g、塩・こしょう…適宜【調味料】  
りんごジャム…大さじ4、しょうゆ…50cc、みりん…50cc、酒…50cc、酢…大さじ2、んにく…2片、七味唐辛子…適宜  
きゅうり…1本、春雨…50g、揚げ油…適宜

- 作り方
- ①豚バラをフォークで刺して味を染み込ませやすくする。3cm角に切り、塩こしょうしておく。
  - ②チャック付き袋に、すりおろしたんにくと全ての調味料を入れて混ぜたところに①を入れてもみ込み、冷蔵庫で1時間程寝かせる。
  - ③②の豚バラ肉を取り出し、グリルで焦げないように両面を焼く。
  - ④180℃の油で揚げた春雨とせん切りにしたきゅうりを盛りつけてでき上がり。



りんごジャムと酢がお肉を柔らかくしてくれる時短レシピ。夏バテでも、甘辛い味が食欲を刺激する一品です。

食育サポーター  
杉山 真希

毎日を豊かに  
くらしのあれこれ

カタコース

ほどよい脂肪が赤身と網状になっていて、コクがあり濃厚な味わいです。最も豚肉らしい肉質で人気の部位。  
●焼き豚、しょうが焼き、焼き肉に。

ロース

きめが細かくて柔らかいのが特徴。肉の大きさが整っているので、主に切り身などに使われます。  
●トンカツ、ソテー、しゃぶしゃぶに。

ヒレ

きめが細かく柔らかい最上の部位。たん白な赤身で脂肪が少なく、1頭から約1kgしかとれない希少部位。  
●トンカツ、ソテーに。

カタ

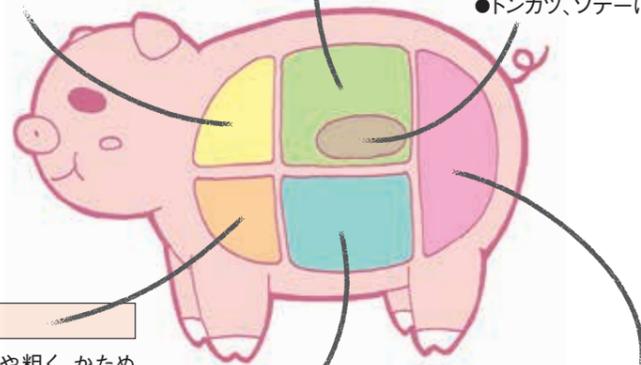
肉のきめがやや粗く、かため肉です。よく運動する筋肉なので、ほどよく脂肪をふくんでうまみがあります。  
●豚汁やシチュー、ポトフなどの煮込み料理に。

バラ

コクのある濃厚な味。赤身と脂肪が交互に3層くらいに重なり合っているので、3枚肉とも呼ばれています。骨周辺の肉は特においしい。  
●角煮、炒め物、豚汁に。

モモ

モモヒレに次いでビタミンB1を多く含み、きめが細かく脂肪の少ない、比較的柔らかい赤身の肉です。  
●炒め物、しょうが焼きに。



今月のテーマ

もっと肉にくわしくなりたい

豚肉編

みなさんは、お料理に合わせてお肉を使い分けていますか？各部位の特徴を知っていると献立を決めるのに役に立ち、スムーズに調理もできますね。今回は豚肉の部位の使い分けについて紹介します。



◆ささっと産直豚甘口醤油味(塩こうじ入)

パルシステム埼玉の組合員が開発に協力しました。原料肉には産直豚を100%使用し、塩こうじとはちみつを加えたしょうゆベースの甘辛ダレで味付け。解凍して焼くだけでメインのおかず。



◆日本のこめ豚

出荷前の約2ヵ月間、国産のお米を30%配合した飼料で育てています。あっさりとして、脂に甘味があると好評です。

やわらかな食感とほのかな甘味。パルシステムの豚肉をぜひ味わってください。

パルシステムの豚肉は、産直産地を中心にすべて国産。たとえば、「日本の畜産を変えていこう」という生産者の思いが詰まった「日本のこめ豚」は、国産のお米(飼料米)を飼料に混ぜるなど、資源循環に配慮した持続可能な畜産をめざしています。  
パルシステムの畜産専門子会社の(株)パルミットでは、生産者が愛情込めて育てた豚肉のおいしさをそのまま食卓にと、原料肉の入荷から加工、お届けまで一貫して品質を管理しています。  
やわらかな食感とほのかな甘味。パルシステムの豚肉をぜひ味わってください。

監修 パルシステムの精肉・食肉加工品の  
株式会社(株)パルミット



今年も商品展示会の季節が  
やってきました！  
今年はパルシステム埼玉初！東部エリア開催

毎年大好評の商品展示会は、商品を試すだけでなく、作り手と交流できる場所でもあります。昨年は2会場で約1300名の組合員が参加し、生産者やメーカーと交流を深めました。ご家族・お友達と一緒に新しいパルシステムの魅力を見つけにきませんか？



受付をしてから会場内へ。  
好きなブースから回れます。  
※それぞれのブースで7大アレルゲンの表示がされています。



昨年はタイからバナナの生産者が来てくれました



会場では野菜や一部商品の販売があります。  
お気に入りの商品を見つけたらぜひお土産に！



メーカーごとにおすすめするレシピの試食や調理方法の実演が見られます



何種類もある商品を食べ比べられるのは、商品展示会ならではの、ぜひ好みの味を見つけてください

直接メーカーに商品について聞けるのは商品展示会だけ！



今年はグリーンカードコンテストの投票があります！



食品だけでなく石けんや衣類などの日用品のブースも充実。  
ぜひチェックしてみてください！

【開催日程】  
9月17日(月・祝)  
第1部 10時～12時半  
第2部 13時～15時  
東部地域振興ふれあい拠点施設【ふれあいキューブ】  
※春日部駅西口より徒歩5分(Pなし)  
※授乳スペース・おむつ替えスペースあり  
【参加方法】  
事前申込が必要です。申込方法は「あすーるポケット8-13」または、パルシステム埼玉のホームページ「あすーるポケットイベント情報」をご覧ください。  
【お問い合わせ】  
パルシステム埼玉 組織運営部  
TEL 0120-921-170  
(月～金 9時～17時半)

※写真は2017年度商品展示会の様子です。



# 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

### 5月18日(金) 初級監査人講習会

パルシステム埼玉は、9月21日、22日に行う、JAふくおか八女の公開確認会(対象はエコみかん)に先立ち、初級監査人講習会を開催し、17名の組合員や職員が参加しました。①  
公開確認会は、消費者である組合員が産地へ赴き、農畜産物の栽培方法や安全性などを直接確認するパルシステム独自の取り組みです。公開確認会で消費者が自分の目で確かめることを「監査」といい、監査する人を「監査人」と

これを掘り起こしてしていました。昼食には、羽黒山麓で採れる山菜やたけのこを使った精進料理をいただくなど、楽しい充実した2日間を過ごしました。

### 5月28日(月) 祝！ノーベル平和賞受賞記念講演

パルシステム埼玉は、昨年ノーベル平和賞を受賞した核廃絶国際キャンペーン(ICAN)の国際運営委員で「ピースボート」の協同代表を務める川崎哲(あきら)さんをお迎えしてノーベル平和賞受賞記念講演会を開催しました。④

「核兵器禁止条約を生かすために」をテーマに、世界の核を取り巻く現状と廃絶へ導くために私たちにできることについてお話いただきました。

川崎さんは、今回のノーベル平和賞は「大きな市民運動の連合体」「特定の個人団体」に限定されておらず、多くの広島・長崎のヒバクシャの方が勇気を振り絞って国内外に声をあげてこられたことがICANのベースにあるとし、「条約の根本的なところへ貢献いただいています。今回の受賞はヒバクシャの方々も受け手です」と語りました。また、「ノーベル平和賞受賞式にもふれ、授賞式に参列した方々、夜に行われたパレードの様子など、ニュースでは報じられない話に、参加者は熱心に耳を傾けていました。

呼びます。監査人になるには、事前に監査人講習会を受講し、基礎知識や監査手法を学ぶことが必要で、初級監査人はその第一歩となります。

講習会では、パルシステム連合会の有馬三映子さんより、公開確認会までの流れと概要、公開確認会の成り立ち、パルシステムの独自基準について解説があり、(有)リーファースオーガニックス検査員の水野葉子さんに監査人の役割と監査のポイントをお話いただきました。休憩をはさんで午後からは、(株)ジーピーエス(パルシステムの米・青果の子会社)の今泉美智子さんが、産地から提出される帳票の種類と用途について説明しました。

最後にグループワークで疑問に思ったことや感じたことを話し合った後、確認テストを受けて講習会は修了しました。

### 5月21日(月) 「フェアトレードを知ろう!」学習会

平和・国際委員会テーマグループ「フェアトレード」は、テーマグループのメンバーが講師となり、パルシステムの商品を例に上げたフェアトレードの学習会を開催しました。②  
日本では輸入された食料品や日用品が安く販売されています。しかし、商品の背景には、低賃金で働かされる生産者や違法な労働環境、生産性向上のために危険な農薬による環境破壊など、問題が隠れています。「安全な商品が欲しい」「消費者と、「安定したくらしと地域を手にした」生産者、お互いの

### 5月31日(木) 時短♥スキンケア&メイクで 楽しいくらし♪

We Love♥組合員の開発協力商品テーマグループは、昨年9月にパルシステムのオリジナル化粧品として組合員が開発協力した「ラセンタオールインワンジェル」の学習会と時短メイク術講習会を開催しました。⑤  
講師に、(株)ジャパンビューティプロダクツより根岸里歌さん、田中亜紀子さん、伊藤大輔さんを、パルシステム連合より小松明日美さんを招き、「ラセンタオールインワンジェル」について、初の産直PB化粧品を実現したこと、組合員が開発に協力したことなど、商品の特徴のほか、開発秘話をお話いただきました。

後半は田中さんによる基本のメイクアップ講座。メイクを仕上げるのに最も重要といわれるベースメイクに始まり、美しい眉の描き方、チークの入れ方、口もとを魅力的にみせるリップの塗り方を順番に教わった後、田中さん、根岸さんからのアドバイスを受けながら実際にメイクアップを行いました。参加者からは、「ちよっとしたことでも、こんなに印象が変わるんですね」「いつもなら選ばない色を試せてよかったです」などの感想が寄せられました。

願いを果たするためにある貿易が「フェアトレード(公平・公正な貿易)」です。参加者は、パルシステム連合会によって制作された「エコ・バナナ」のDVDを通じて、産地の悲惨な現状と、フェアトレードが行なわれている例を学びました。

### 5月26日(土)~27日(日) 庄内産直ネットワーク(山形県庄内町)

パルシステム埼玉は、パルシステムのコア・フードとエコ・チャレンジ米「つや姫」の産直産地である庄内産直ネットワーク(JAたがわ・庄内協同ファーム)と毎年産地交流を行なっており、今年の田植え交流には、組合員31名(大人20名、子ども11名)と役員4名の35名が参加しました。③  
田植え当日は、好天に恵まれ、見渡す限りの田園風景の中、気持ちよく農作業を行いました。

その後、ビオトープ見学と生きもの観察、有機栽培の田んぼで除草のために放しているアイガモたちが泳ぐ田んぼの見学を行い、環境に配慮することの大切さや有機栽培のたいへんさを学びました。

次の日は、たけのこ掘りと松ヶ丘開墾記念館見学を行いました。初めての体験とあって、子どもたちは鍬の使い方や教わりながら夢中になってたけの

## Information 組合員のみなさまへのお知らせ

### 防災講座のご案内

パルシステム共済連の「たすけあい活動助成金」(※)を使用し、「あんどーりすさんの親子のための防災講座」を開催します。  
いざという時に、子育てグッズや身の回りのものを代用する方法など、楽しくてすぐに実践したくなるヒントがもらえます!

※たすけあい活動助成金  
CO-OP共済(たすけあい) 剰余を、よりよい地域社会の構築に向けて、福祉活動や健康維持活動などを助成という形でサポートするもの。

- 【日時】8月23日(木) 10時~12時
- 【場所】はる★てらす(さいたま市浦和区東仲町10-7)
- 【定員】40名
- 【参加費】無料
- 【申込締切】8月10日(金)(必着)
- 【申込方法】ホームページ「あすーるポケットイベント情報」をご覧ください。
- 【問い合わせ】パルシステム埼玉  
地域活動室 0120-0583-388



あんどーりす氏  
プロフィール  
阪神・淡路大震災被災体験とアウトドアの知識を生かし、2003年より全国で講演活動を展開。講演回数は毎年100回以上。



① 監査人は、生産者への敬意を忘れず、客観的な視点を持って



② フェアトレードの仕組みについて理解しました



③ 初めての体験! たけのこ掘り



④ 条約を生かしていく行動が必要ですよ



⑤ 美しいメイクアップの秘訣はお肌のコンディションが整っていること

★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。

楽しいお便り・イラスト・写真はこちらまで

★10月号テーマ「お弁当」  
運動会や遠足、ハイキング...そんな時に欠かせないお弁当♪大好きなおかずはありますか? 詰める工夫、お気に入りの駅弁等々、みなさんからの便りをお待ちしています!  
テーマの他にもお便り・イラスト・写真などお待ちしております。  
下の用紙に記入して、広報課宛に配達便でご返送ください。採用させていただいた方に、500ポイントをさしあげます。(イラストや写真の返却はできませんのでご了承ください)

住所: 〒335-0005 蕨市錦町 2-10-4 パルシステム埼玉  
広報課「Letters 係」  
ご質問等は 0120-985-058 (広報課)

締め切りは  
8月24日(金)

500ポイントを  
プレゼント♡

お問い合わせの窓口

●配達のことなら  
「パルシステム問合せセンター」  
0120-868-014  
※携帯電話からもつながります。  
※PHS・IP 電話からはつながりません。  
(月～金/午前9:00～午後8:00)  
(土のみ/午前9:00～午後5:00)

●組合員の企画・委員会活動などのことなら  
\*組織運営部 / 0120-921-170  
(月～金/午前9:00～午後5:30)

●いきいきネットワークのことなら  
0120-070-920 または 048-434-6250  
(月～金/午前9:00～午後5:00)

●商品のことなら  
\*商品情報ダイヤル (ナビダイヤル) /  
0570-011-099  
(有料回線、月～金/午前10:00～午後5:00)  
E-mail saitama@pal.or.jp  
http://www.palsystem-saitama.coop

埼玉県情報  
コバトンnote  
ウーマンフェスタ  
in アリオ川口  
楽しく学ぼう、  
女性活躍&働き方の見直し  
女性の活躍を応援するイベント  
を開催!

クイズラリー&抽選会、埼玉県のマスコット・コバトン、さいたまっこの撮影会など、家族みんなで楽しめるイベントです。働きたい女性のための相談コーナーも買物の合間などにお気軽にご利用できます。ぜひお越しください。  
日時: 9月8日(土)12時~17時(予定)  
場所: アリオ川口1階センターコート  
参加費: 無料  
問合せ: 株 埼玉新聞社ウーマンフェスタ係 (TEL 048-795-932)

お知らせ

知っく!  
パルシステム

あなたも  
パルシステム埼玉の  
総代になりませんか?

Q総代って?  
組合員の代表が「総代」です。現在、パルシステム埼玉の組合員は約20万人。生協の運営は、組合員の意思で決定されますが、20万人の意思をすべてまとめるには現実的ではありません。そのため生協法(消費者生活協同組合法)では、500人以上の組合員がいる生協では、「総代会」の設置が認められています。総代会には「総代」が出席し、組合員の意見として生協の意思決定をしていきます。

Q総代にはどんな人がなるの?  
6月末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なれます。(任期は1年間)

Q総代はどんなことをするの?  
総代には3つの役割があります。

- ①事業や活動が総代会で決定した方針どりにすすんでいるか確認します。
- ②エリア別総代会議で意見を述べたり、提案を行うことで来年度の事業活動方針作りに参加します。
- ③総代会に出席してパルシステム埼玉の事業活動方針などの議決に参加します。

総代に興味がある方は機関運営部まで  
0120-985-058(月～金 9時～17時30分)

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

「ほうれん草三昧」

パルの配達日、仕事で遅くなることばかり、小6の息子に冷凍・冷蔵ものを箱から出してしまおうようにお願いしました。ただ野菜だけはすぐ傷まないの、そのまま袋で置いていいよ...と。夜帰って見たところ、野菜が入った袋の横に、冷凍のほうれん草の袋がベタッと置いてあるではありませんか! 確かに野菜はそのままでもいい、と言いましたが...

きちんと私の言うことを聞いていたんだな、と思うとうれしいような、でも悲しいような。さっそくほうれん草とベーコンの炒めもの、みそ汁、あえものを作って、翌日はほうれん草三昧になったのでした。  
春日部市 あゆママ

「パルの存在」  
パルシステムの利用を始めて早5年。お店へ行って買い物するのも運動になるし、楽しいと思っていたのですが、一品からでも試してみたいの言葉に誘われて始めました。孫達の世話や体力の衰え等々で、ずいぶんパルに助けられているなあと思えています。  
さいたま市 春

「我が家のひとりだし」  
冷凍のとりも肉を、まだかたいうちに薄くスライスして、鴨肉風にします。ネギと一緒に焼いて、ひたひたに便利つゆを入れ、冷めたら冷凍へ。我が家では「ひとりだし」と名付けています。冷凍うどんを使って、5分でおいしい鴨風うどんがいつでも食べられます。この方法は、生協のとりもも冷凍でできないんですよ。  
蕨市 パバンダ

「感謝しています」  
具合の悪い時に出会ったパル。届けていただくのは本当に良かった。現在元気がなかったので、買い物は近くや遠くへ出かけたり、少しの畑を借りてやっている。気分転換になっている常備のものを注文して、今では少ない注文を高橋さんがよく運んでくださる。ありがとうございます、感謝!  
三郷市 岩下 秀子さん



入間郡 江藤 英子さん

「土鍋炊き」  
家族が巣立ち、食料の量もだんだん減ってきました。ごはんは炊飯器をやめ、土鍋で炊きます。短時間で炊け、おいしくてエコ。それに卓上の土鍋は、ゆったり気分。  
さいたま市 ルンルンチャロ

「総代」  
1年間、総代を経験しました。初めてのことで、少し不安なスタートでしたが、回を重ねていくうちに、楽しみになりました。総代の集まりが、生活の中のアクセン的存在でした。みなさんませひ...  
さいたま市 はっぱ

「子育ては宿題」  
子どもの頃、親の気持ちなど知りもしないで、「親は私のことなんて何も分かっていない」と思っていました。親子の絆と言えば簡単ですが、自分が親をしてみること、ようやく私は母ときちんと親子になれている気がします。  
親になること、子育てすることは、人生の宿題です。  
行田市 青山 真唯さん

「絵日記」  
夏休みの宿題の中で、絵日記が好きでした。毎日蝉取りをした内容でしたが、先生は大きな花まると楽しかったね、のコメントを書いてくれました。うれしかったなあ。  
上尾市 萩原 多佳代さん

「絵日記」  
小学校の夏休みの宿題と言えは絵日記。田舎のない私には、長時間列車に乗って、田舎で何日も過ごしてくる級友がうらやましく思えた。毎日いろいろな体験をしたことや、山や川の絵を描いた絵日記を見せてもらい、田舎へのあこがれを抱いた。  
さいたま市 斎藤 三枝子さん



北葛飾郡 なまけものこ

「今年こそは」  
小5になった娘の夏休みの宿題について、「今年こそは口出ししないで見守ろう」と今から心に決めていきます。のんびり屋で、ギリギリになるまで手をつけない娘でも、今年こそは信じてあげたい!!  
蕨市 谷口 晴香さん

「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。

10月号テーマ「お弁当」 締め切りは8月24日(金)

Quiz

楽 折 者 戯

名前 \_\_\_\_\_

組合員番号 \_\_\_\_\_

読者アンケート

8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 第25回通常総代会を開催しました 「選ぶで変わる」ほんもの実感 開催しました 毎日豊かにくらしのあれこれ

理事会レポート News & Info Letters

監事報告 知っく!パルシステム おしえて! パルレシピ クイズ

パルのことならなんでも聞いて おしえて! パルレシピ 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



からだにやさしい  
夏のおやつを教えて!

ふじみ野市 Y・A



## ADVICE



食育サポーター  
岡崎真紀子

夏のさっぱりひんやりヘルシーデザートです。甘酒は夏バテにも効果的。やさしい甘さで子どもから大人まで楽しめます。

今月のメニュー

## ブルーベリーと甘酒の フローズンヨーグルト

### 材料 (4人分)

プレーンヨーグルト…300g、甘酒…120g  
ブルーベリー…100g、はちみつ…大さじ1と1/3

### 作り方

- ①材料をすべて入れ、フードプロセッサーにかける。
- ②密閉容器に流し入れて冷凍庫で冷やし固める。
- ③密閉容器から取り出し2cm角に切り分けて盛りつけ、お好みでミントを飾る。

おすすめ一品



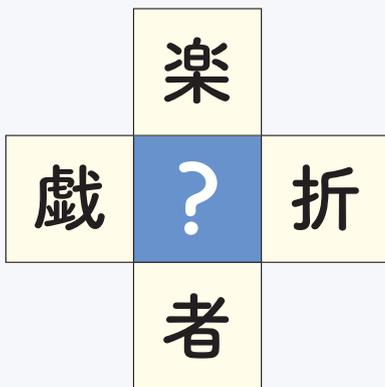
「こんせんプレーンヨーグルト」  
400g 214円(税込)

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/8月24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



### 「家」でした。

家鴨(あひる): マガモを飼いながらつくられた家禽(かきん)。紀元前に中国とヨーロッパで別々に家禽化されたという。肉用・卵用・卵肉兼用など、20種ほどの品種がある。

応募総数 6月号の Quiz の応募総数は 255通で 247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