

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



2

2019 February

NO.294

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



特集

未来を照らすパルシステムでんき

“でんき”も大切な『産地』です 2

わたしがつくる“パルシステム商品” ～商品開発チーム～ 4



「ジャパンSDGsアワード」
第1回 受賞

パルシステムでんき よくある質問

Q1 今より電気代は高くなる?

A1 切り替えても大手電力会社と同額です（従量電灯 B,C）。検針票で簡単に料金の試算ができますので、ご活用ください。

※オール電化プランなど、「従量電灯B」や「従量電灯C」プラン以外から変更の場合、お支払い金額が大きく変わる可能性があります。

Q3 再エネ発電所が故障するなどしたら、電気は止まってしまう?

A3 電気は止まりません。一つの発電所が停電しても、通常は他の発電所で補うことができるほか、送電線を管理する一般送配電事業者からも自動的に補給を受ける仕組みがあるためです。

※電線が切れるなどの原因の場合は、従来と同じく停電する可能性があります。

Q2 手続きが面倒くさそう

A2 手続きはいたって簡単です。申込書を取り寄せて、提出いただくだけです。

スマートメーターへの切り替えも費用もかからず、立会いも不要です。

ご利用中の電力会社に対する解約の連絡は、パルシステム電力が代行します。

Q4 請求はどうなるの?

A4 電気料金は、通常の商品の支払いと合算されます。商品を購入していない場合（休眠のお手続きをされている場合）には、電気料金だけが請求され、圧着はがきにてお知らせします。

2018年12月10日（月）～11日（火）の日程で、福島県に所在の『飯舘電力』と『元気アップつちゆ』にパルシステム埼玉の職員ら19名が訪れました。



飯舘電力

「飯舘電力株式会社」は、東日本大震災から復興していく飯舘村の役に立ちたいとの思いから設立された会社です。

福島第一原発事故によって、理不尽にも全村避難を余儀なくされた飯舘村。避難解除になり月日が過ぎてなお、将来の展望が見えない中、太陽光発電による売電事業と、ソーラーシェアリングによる農地の有効利用を行なっています。

キャッチフレーズは「一家に一台の太陽光発電所」。飯舘村の復興を目指して自然エネルギーの活用を推進しています。



元気アップつちゆ

「株式会社元気アップつちゆ」は、東日本大震災と福島第一原発事故という未曾有の大災害から土湯温泉町の復興と再生を願い、災害前を超える賑わいを取り戻そうと、地元の団体が投資して誕生しました。

再生可能エネルギー事業として、土湯温泉源泉地の温泉熱を利用した地熱バイナリー発電と既存の砂防堰堤（さぼうえんてい）を活用した少水力発電を行なっています。

地域資源を活用し、地元の人口減少対策や地域活性化を目指して復興再生事業に取り組んでいます。

未来を照らすパルシステムでんき “でんき”も大切な『産地』です

パルシステムでんきが全組合員に電力を供給できるようになってから1年以上が経ちました。発電産地は46か所となり、FIT電気（再生可能エネルギー）を中心にお届けしています。今回は福島県の発電産地をご紹介します。

発電産地を訪問して



白岡センター
センター長 植松浩司

2日間の視察で多くの事を学ぶ事ができました。

案内いただいた飯舘電力の千葉さんの「関東の方たちは福島復興は進んでいると思うかもしれない、しかし飯舘村は、戻れるようになってまだ一年半。復興は今からなんです」という言葉に心を大きく揺さぶられました。

飯舘村は除染が完全に終わったとはいえ、ない状況です。そんな中で村民達が出資しあって作ったのが飯舘電力。そのでんきを供給する事が飯舘村の復興に貢献できる事がわかり、今回の視察の大きな収穫となりました。

視察して学んだことをしっかりと仲間と共に共有し、でんきの取り組みの本質を伝え、一人でも多くの組合員に、発電産地の「思い」を届けることで「パルシステムでんき」を推進していきます。

特別キャンペーン

電気料金を試算いただいた方全員に『リ・さいくりんぐティッシュペーパー』（1箱）プレゼント!!

※パルシステムでんき契約者は対象外となります。

【応募方法】

- ① 検針票を貼り付け用紙に貼付し、配送担当に提出する
- ② 次回配達週に「電気料金試算シート」とプレゼントをお届けします。



WEBならさらに簡単♪



【貼り付け用紙を希望の方】

パルシステム埼玉事業部
048-432-0678 平日9時～17時30分

わたしがつくる「パルシステム商品」
商品開発チーム



組合員の意見や要望をもとに、皆さんに支持されるような商品開発に組合員自らが取り組む活動がパルシステムの商品開発チームです。

商品開発チームとは？

ふだんのくらしのなかで、「こんな商品があったら」「こんな味のものを作れないかしら」など、組合員のみなさんの商品に対する思いや、声を生かした商品作りを組合員の手で形にしていける取り組みがパルシステムの商品開発チームです。メンバーは一年をかけてパルシステム連合会、協力メーカーの力を借りて商品の改善、開発協力をします。



組合員 開発協力

組合員が開発協力した商品には、このマークがカタログに表記されます。

これまでパルシステム埼玉の商品開発チームが協力した商品は数多くあります。中には大人気となった定番商品も。その一部をご紹介します。

組合員の声から生まれた商品



『具グット国産!フライパン de 春巻』
5本 225g・322円(税込)
次回企画: きなり3月2回、4月2回
お徳用8本 360g・431円(税込)
次回企画: コトコト3月2回、4月2回



『大牧農場のポテトグラタン』
2個 320g・484円(税込)
次回企画: コトコト・きなり3月3回、4月1回



『産直全粒粉入りいちじくとくるみのパン』
30g×4個・214円(税込)
次回企画: コトコト・きなり3月3回、4月3回



『産直小麦のカステラ』
5切れ・299円(税込)
次回企画: コトコト・きなり2月3回、3月1回、3月3回



『チョコットちよこビス』
35g・409円(税込)
次回企画: ぶれーんべいじ3月1回



『泡立つやわらかボディタオル』
616円(税込)
次回企画: 未定

商品開発までの道のり



商品開発チームのメンバーは、毎年2月頃にあずるポケット、またはパルシステム埼玉のホームページで募集します。集まったメンバーは約1年間活動します。



パルシステムの担当者から活動内容の説明を受け、開発協力する商品のテーマを確認します。



テーマに沿って、メンバーでコンセプトとターゲット層などを協議・提案。それらをもとにメーカーが試作品を作ります。



でき上がった試作品について意見交換を繰り返し、味や価格・量などを形にして、完成!



形になった商品は、商品選考会に通過すれば、商品化が決定します。一年間の締めくくりとして、会員生協の商品開発チーム、メーカー関係者、パルシステム職員が一堂に介したなかで行う活動報告会で、これまでの活動の報告と商品の紹介を行います。

2017年度はこの商品が生まれました!

～ささっと産直豚甘口醤油味(塩こうじ入)～



230g・430円(税込)
次回企画: コトコト・きなり3月4回、4月3回

2017年度の商品開発チーム「トン豚ハッピー♪埼玉」は、(株)パル・ミートと開発協力して「ささっと産直豚甘口醤油味(塩こうじ入)」を商品開発しました。昨年与えられた開発テーマは「小学生の子どもでも食べやすく、忙しくても手早く作れる豚肉のメインおかず」でした。メンバーは試作をくり返し、簡単に調理ができるように「焼いただけでおいしい味付け」を追求。原料にはパルシステムの産直豚のモモ肉を使用し、塩こうじとはちみつを加えたしょうゆベースの特製甘辛たれに漬け、しっかりとやわらかく仕上げました。噛み切りやすい厚さと一口サイズにカットされているため、冷蔵庫で解凍すればあとは焼くだけでOK! 「ささっと産直豚甘口醤油味(塩こうじ入)」は、こうして商品化しました。



「トン豚ハッピー♪埼玉」のみなさん

「こんな商品が欲しい!」の声を届けるには?

商品への要望など、みなさんの声は、毎月1回カタログの裏表紙に掲載されている「ひとことメール」に、必要事項を記載して、配送担当にお渡しください。



インターネットでも受付中!

パルシステム ひとことメール

検索

パルシステムの新商品を作ってみませんか!

2019年度商品開発チームメンバー募集中!

今年度の開発テーマは「フライパンひとつでできる魚の主菜料理」です。一緒に多くの組合員に愛される商品の開発をしませんか?

【期間】2019年4月～2020年3月(1年間)
毎月第2木曜日10時～12時
【場所】ばる★てらす
【定員】10名
【託児】有(1歳以上未就学児)・無料
【申込方法】あずるポケット2-11、もしくはパルシステム埼玉ホームページ「あずるポケットイベント情報」からお申込ください。
<https://www.palsystem-saitama.coop/>



パルシステム埼玉公式サイト



ハートパーティー春が始まります ～方針説明会&おしゃべり試食会～

生協の役割は、日々の暮らしの中から生まれる願いや思いを実現し、組合員のくらしに貢献すること。商品やサービスを利用して声を届けることでパルシステム埼玉の明日がつけられます。地域のイベントに参加してふだん思っていることや感じていることを話しませんか。

●ハートパーティー春って？

昨年のハートパーティーアンケート月間中に組合員から寄せられた意見や要望をもとに、理事会で協議を行い、2019年度のパルシステム埼玉事業活動方針（二次案）をまとめました。この方針に対してさらにご意見をいただくのが「ハートパーティー春」です。

●なぜ、組合員の意見が必要なの？

生協は、組合員がお金を出し合い（出資金）、協同で利用・運営する組織です。円滑な運営をすすめるためには、パルシステム埼玉の事業活動方針がみなさんの意見や要望を反映したものでなくてはなりません。地域のイベントに参加したり、アンケートに答えて声を届け、くらしや商品の利用、地域における活動をもっとよいものにしていきましょう。



組合員の3つの役割



●ハートパーティー春の参加方法は？

*お住まいの地域の会場で参加する

ハートパーティー春は、各地域の地区会で2月4日（月）～3月1日（金）の期間で開催されます。開催会場と日程は、あすーるポケット1-4（1月14日～18日配付）でお知らせしています。地区会ごとの詳しい内容も順次、あすーるポケットでご案内します。



*アンケートで参加する

3月1回（2月18日～22日配付）のカタログと一緒に「ハートパーティー春のしおり」をお届けします。2019年度事業活動方針（二次案）を掲載しているのでアンケートにご意見をお寄せください。



昨年春のしおり

お問い合わせ

機関連営部 機関連営課
TEL 0120-985-058 または、
048-432-7764
（月～金 9時～17時30分）

理事会レポート

第13期 2018年度
第7回理事会
2018年12月19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 「原発事故被害者の救済を求める請願署名」実施の件
原発事故被害者にとって緊急性の高い施策実現のため、国会にて審議いただけるよう「原発事故被害者の救済を求める請願署名」に取り組むことが提案され、承認されました。

《請願内容》

- (1) 原発事故避難者の実態把握に基づく支援の実施を求めます。
 - (2) 検診の福島県外への拡大、内容の充実、医療費の減免、子どもたちの保養のための措置を求めます。
 - (3) モニタリングポストの継続設置を求めます。
 - (4) ALPS 汚染水の放出・汚染土の再利用による放射性物質の拡散をしないでください。
- (※) ALPS 東京電力福島第一原子力発電所の多核種除去装置

《取り組みスケジュール》
署名用紙配付 2月2回企画（1月28日（月）～2月1日（金））配付

締切 2019年3月15日（金）

11月事業報告

組合員数 210,559人 前月比 +780人
（単位：千円）

	実績	前年比	予算比
供給高	2,285,780	99.9%	104.0%
事業総剰余金	594,681	99.5%	101.1%
経常剰余	42,491	106.5%	126.6%
総事業高	2,359,879	99.9%	103.9%

※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

監事会報告

- I. 第7回監事会 12月17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。
- 中間監査の実施報告を作成し、下期の監査方針について協議しました。
- 来年度の監事会予算について、事前協議をしました。

II. 12月の活動報告

- 【会議の出席・傍聴】
定例理事会、理事政策会議、経営会議
- 【監査活動】
監事連絡会、中間監査報告会、理事ヒアリング（常勤理事、専務理事、小委員会委員長）、理事セミナー
- 【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、日本監査役協会（リスクマネジメント講座・会計講座）、そうだい寺子屋

【員外監事の日（同一労働同一賃金③）】

有期契約労働者と無期契約労働者の間の「相違」のうち、労働者の業務の内容及び当該業務に伴う責任の程度、配置の変更の範囲その他の事情を考慮して、「不合理と認められるもの」（労働契約法20条）は、禁止されます。これが、最高裁判決（ハマキョウレックス事件）の判断枠組みです。
例えば給食手当。最高裁は、業務の内容、責任の程度などを考慮しても、正社員にのみ支給する制度について「不合理と認められるもの」と判断しています。（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芯の黒い斑点は病気やカビではないので食べても問題ありません。



②『毎日のマーガリン』バターに負けない味が人気



③SDGs (持続可能な開発目標) 地球上の誰一人として取り残さない 2030年までの国際目標

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)
0570-0111-099
(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。

Q1 白菜やキムチの白菜についている黒い斑点は何ですか？

「ゴマ症」といわれる生理障害によるものです。「ゴマ症」は、白菜の葉の主脈(一般には、茎と呼ばれる白い軸の部分)に、多数の黒い斑点が発生する現象です。土壌成分や気温などの影響によって発生しやすい生理障害で、結球(葉が巻いて丸い球状になること)開始の後期に発生し、外葉に近い葉ほど多く見られます。カビや病気、傷みではありませんので、食べても問題はありません。(1)

Q2 市販品と同じ商品も扱っているのですか？

化学調味料不使用など、パルシステムの独自基準に合わせています。パルシステムで取り扱う商品はすべて、独自の基準(食品添加物基準、容器包装に関する基準など)をクリアしたものです。もちろん市販品でその基準をクリアしている物はそのままですが、基準に合わせて仕様などを変更した商品もあります。たとえば、『マルちゃん』のソース焼きそば・生協版。これは、パルシステム基準に合うよう、化学調味料抜きをメーカーと協力しながら開発。天然エキスや香辛料などの配合に工夫し、パルシステムの基準に合う「生協版」として完成させました。

Q3 『毎日のマーガリン』のトランス脂肪酸が気になります

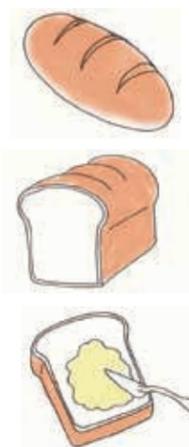
『毎日のマーガリン』は、米ぬか油を主原料に使い、あっさりとしているながら、コクのある味わい。毎日使えるたっぷりサイズと手ごろな価格、風味のよさで人気のパルシステムオリジナルマーガリンです。(2)

欧米やWHOで、マーガリンなどの加工油脂に含まれる「トランス脂肪酸」(※)について報道されて以降、「マーガリンに含まれるトランス脂肪酸が気になる」という声も、組合員から多く寄せられました。

そこで、パルシステムでは、『できるだけ摂取量を減らすべき』という考えから、味や風味はそのままに、2012年よりトランス脂肪酸を、従来の100g当たり2gから1gに低減しました。

(※) トランス脂肪酸

トランス脂肪酸は、脂肪を構成する成分のひとつ。加工油脂だけでなく、牛肉や乳製品にも含まれます。善玉コレステロールを減らし、悪玉コレステロールを増やす効果があるとされ、欧米ではトランス脂肪酸の摂取を総エネルギーの1%以下にするよう勧告しています。



Q4 SDGs(エスディーズ)って何ですか？

SDGs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、2030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、ピックアップして注目してみましょう。



13 気候変動に具体的な対策を
気候変動とその影響に立ち向かうため、緊急対策を取る



14 海の豊かさを守ろう
海洋と海洋資源を持続可能な開発に向けて保全し、持続可能な形で利用する

表紙レシピ すぐそれパルごはん

大根と水菜のはりはり鍋

調理時間 25分



● 材料 (4人分)

水菜… 300g(2袋)、大根…8cm、油揚げ…4枚、鶏のささみ…4本、しょうが…薄切り4~5枚、水1000cc、白だし…大さじ3、昆布…10cm、削り節…5g、酒…大さじ2、しょうゆ…小さじ1、塩…小さじ1/2、片栗粉…適量

【薬味】 葉ネギ、ゆずこしょう、ゆずの皮のせん切りなど…適宜

● 作り方

①水菜は4~5cmの長さ、大根はせん切りにする。油揚げは軽くあぶって1cm幅に切る。ささみはそぎ切りにして塩と酒をもみこんでおく。削り節はお茶パックに入れておく。

②土鍋に白だしと水を合わせ、昆布、薄切りのしょうが、大根を入れて火にかけ、沸騰する前に昆布を取り出し、削り節パックを入れ弱火で5分ほど煮て取り出す。

③鶏のささみに片栗粉をまぶす。

④②を中火にし③と油揚げ、水菜を加えて一煮立ちさせ、最後にしょうゆをふり入れる。お好みの薬味を添えてでき上がり。



食育サポーター
渡辺 正子

寒い冬にたっぷりの鶏肉と野菜をどうぞ。毎日でも飽きないお鍋です。

毎日を豊かに
くらしのあれこれ

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も役立つし、スムーズに調理もできますね。

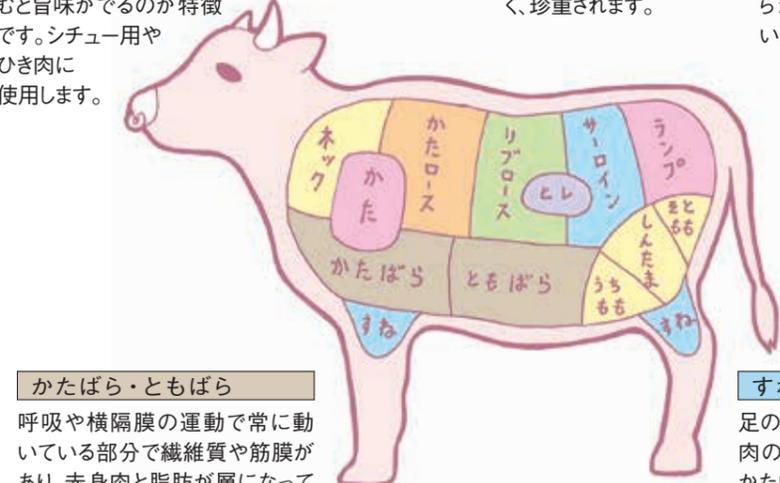
今月のテーマ

もっと肉にくわしくなりたい

牛肉編

- かたロース** 首に近いのでややスジっぽさがありますが、脂肪が比較的多く、風味がたいへんよい肉です。
- リブロース** 背中の中の肉のいちばん厚みのあるところ。霜降りの強いものほど上質とされます。
- サーロイン** きめが細かくてやわらかく、加熱すると大変よい香りがします。ヒレと並んで牛肉の最高部位。

- かた(うで)** 運動するときによく使われる筋肉が集まっているため、ややかため。たんぱく質が多く含まれ脂肪分の少ない赤身肉です。
- ヒレ** サーロインの内側の左右にある細長い肉。たいへんやわらかくて肉質が優れているうえ、1頭から2本しかとれないため値が高く、珍重されます。
- ランプ** お尻の部分で、こんもりとした形をしています。やわらかい赤身肉で味がよい、おいしい肉です。



- ネック** 首の部分で、きめは粗くかたいですが、長時間煮込むと旨味がでるのが特徴です。シチュー用やひき肉に使用します。
- かたばら・ともばら** 呼吸や横隔膜の運動で常に動いている部分で繊維質や筋膜があり、赤身肉と脂肪が層になっています。ともばらは牛肉の中で最も脂質を多く含み、エネルギーの高い部位です。
- すね** 足のふくらはぎの部分です。肉の中で最もスジの多い、かたい部分ですが、気長に煮込むとやわらかくなり、おいしい味が出ます。
- うちもも・しんたま・そともも** 牛肉の中では最も脂質が少なく、たんぱく質の多い部位なので、健康上、脂肪の摂取を控えたい方におすすめです。

牛肉は、生体から枝肉になるまでに頭・尾・内臓等の余分な部分は、除去されます。
 生体重が約800kgありますが、枝肉の段階になると約440kgになります。そこから更に部分肉となりセットで約300kgの小分けされた部分肉になります。



パルシステムの産直牛肉産地では、飼育期間中の一定期間、または全期間で、飼料に抗生物質を使いません。また、ふん尿を敷料とともに堆肥化して農地に還元したり、飼料に食品副産物や飼料米を使うなど、資源循環型の畜産をめざしています。

「食糧危機」を吹き飛ばす!
 エンターテインメント・ロードムービー



「捨てられてしまう食材を救い出し、おいしい料理に変身させよう!」食材救出人のダーヴィドが食品ロスをなくすために廃油で走るキッチンカーでヨーロッパ5カ国を巡る旅に出ます。

消費社会に生きる私たちは、まだ食べられるのに大量の食料を毎日捨ててしまっています。世界食糧計画によると、世界で生産される3分の1の食料は廃棄されており、その重さはヨーロッパで8900万トン、世界全体で毎年13億トンにもなります。

この映画の監督であり、主役でもあるダーヴィド・グロスは、訪れた各地で出会ったさまざまな人と協力しながら廃棄食材料理を作って人々に届け、今の食の問題、そして未来を考えていきます。

日本でも、年間2842万トンの食品が廃棄され、このうち646万トンがまだ食べられるのに捨てられている現実があります(※)。食品ロスはすべての人にとって身近な問題。ダーヴィド監督の楽しく、おいしい、ポジティブな取り組みに、私たちができる何かをきつと気づかせてくれるはずです。

※農林水産省及び環境省「平成27年度推計」



◆ゴミ箱ダイブ
 ジャーナリストから「食品活動家」となった主人公で監督のダーヴィドは、食材救出人として売れ残り捨てられるスーパーの食材をゴミ箱に「ダイブ」して回収



◆チョッピングパーティー
 ベルリンでは規格外野菜や捨てられた野菜を調理し、音楽と一緒に楽しむイベント「チョッピングパーティー」に参加



◆廃材キッチン
 欧州会議にダーヴィドはベルギーのトップシェフと欧州会議に行き、ゲリラ的に廃棄食材を使って料理を振舞う

●お問い合わせ・お申し込みは組織運営部まで TEL 0120-921-170 (電話申込締切:2月15日(金) 17時30分まで)

“選ぶで変わる”
ほんもの実感

使った廃油684.5L。走行距離5079km。
 救出した食材690kg。
『0円キッチン』上映会

日時 2月23日(土)
 10時~12時
 会場 ウェスタ川越

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

11月23日(金)

産直連続講座 タカハシ養鶏場編
「いろんなたまごがあるんです！」

ふじみ野交流センター(富士見市)

パルシステム埼玉は、たまごの産直産地、タカハシ養鶏場の高橋光正さんと高橋洋平さん、パルシステム連合会の鈴木里那さんを講師に迎え、たまごの学習会を開催しました。(1)
すべて提携産地から届けられているパルシステムのたまご。鈴木さんは①PHF(ポストハーベストフリー)やNon-GMO(非遺伝子組換え)のとうもろこしを配合した飼料、②できるだけ

自然に近い環境下での飼育、③徹底した品質管理、④地域貢献の4つのポイントをあげ、産地の取り組みを伝えました。続いて代表取締役の高橋さんより、タカハシ養鶏場について説明がありました。パルシステム向けのたまごを生産する花園農場での1日の仕事の流れを画像で確認し、一年を通して鶏が快適に過ごせる環境づくり、非遺伝子組換えのとうもろこしや大豆を中心に独自の配合飼料、衛生管理の徹底など、飼育のこだわりと努力をうかがいました。講座後はたまごのQ&Aで大いに盛り上がり、次から次と高橋さんへ質問が飛び出しました。
その後の試食交流会では、食育サポーターに用意していただいたスパニッシュオムレツやゆでたまごを味わいながら和やかな時間を過ごしました。

11月30日(金)

日本のごはんを食べ比べ
「産直ごはんの日」交流会

ばる★てらす(さいたま市)

パルシステム埼玉は、お米の生産者を招いて「産直ごはんの日」を開催し、産直ごはんを食べ比べながら2018年度米について語り合いました。(2)
「産直ごはんの日」は、組合員とお米の産地との関わりが少ないことから始まった交流会です。生産者とふれあうことで産地を知り、互いに気持ちを通わせられる機会となっています。
この日はJAたじま(兵庫県)、JAつくば市谷田部(茨城県)より9名の生産者を招き、各産地の取り組みをお聞きしました。

JAたじまでは、コウノトリを守り育てるため、人にも自然にもやさしい農法で「コウノトリ育むお米」を生産しています。「安全・安心な農作をつくる」を掲げるJAつくば谷田部は、薬剤や農薬に頼らないことを基本に環境保全型農業を実践しています。各産地の取り組みに参加者は、あらためてパルシステムの産直に理解を深めました。
後半は「茨城こしひかり」と「コア・フード米」を食べ比べ、お米の味の違いを実感しました。

12月6日(木)

までっこ鶏とバイオマス発電学習会

ばる★てらす(さいたま市)

農業・食育委員会「楽しい食育」テーマグループは、までっこ鶏とバイオマス発電学習会を開催しました。(3)
講師に、までっこ鶏の生産者、全農チキンフーズ(株)、(株)十文字チキンカンパニー(株)パル・ミートの担当者、パルシステムの産直鶏肉ブランド「までっこ鶏」の生産や産地で行なっているバイオマス発電についてお話しいただきました。

最初に、パルシステムの産直鶏肉の取り組みと、抗生物質・合成抗菌剤を使わず健康的に育てる、までっこ鶏の飼育へのこだわりが伝えられました。
次に鶏ふんを利用したバイオマス発電に関して、発電事業参入への経緯、発電所の概要の説明がありました。岩手県の鶏肉の生産羽数は日本で第3位(平成27年の統計)、県内では1位を誇る主要産業です。しかし、鶏の数が多ければ多いほど問題となるのが鶏ふん

Information

～組合員のみなさまへのお知らせ

パルシステムの生産者が大集合！
2018年度生産者・消費者交流会を開催します

全国のパルシステム生産者が埼玉にやってきました。
カタログでおなじみの産地の生産者と直接お話しができます。

昼食は、パルシステムの食材を使ったお弁当をご用意します。

【日程】3月8日(金)

【開催場所】ラフレさいたま櫻ホール

【定員】50名(予定)【参加費】無料

【託児】有・1才以上未就学児(無料)

【子どもの同室不可】

【問い合わせ】

パルシステム埼玉 組織運営部
0120-9211170

または 048-432-7754
※詳細はパルシステム埼玉ホームページ
あすーるポケット2111をご覧ください。

12月7日(金)
山形のおいしい郷土料理を
つくりましょう！

ばる★てらす(さいたま市)

パルシステム埼玉は、JA庄内たがわ女性部による料理教室「山形のおいしい郷土料理をつくりましょう！」を開催しました。(4)

当日は、JA庄内たがわの女性部6名、JA庄内たがわ事務局2名を招き、32名の参加者と一緒に郷土料理をつくりました。

自己紹介の後、各テーブルに1人ずつ女性部の方が講師として入り、「内陸風いも煮」「五穀の粕煮」「柿なます」「枝豆ぎょうざ」の4品を調理しました。女性部のみなさんと参加者が和気あいあいと交流する様子も見られ、手際よく調理が進み、料理ができ上がりました。滋味あふれる郷土料理を食べながら会話を楽しみ、最後に各テーブルの代表者が感想を発表しました。

12月19日(水)
環境にやさしい大掃除のコツ！
お教えします

ばる★てらす(さいたま市)

パルシステム埼玉は、環境にやさしい洗剤を使って年末の大掃除に役立ててもらおうと実践学習会を開催しました。(5)

学習会では、PLA(パルシステム・ライフ・アシスタント)の柿添昌子さん、高野尚子さん、金子悦子さんを講師に、パルシステムの石けんの取り組み、石けんや重曹、クエン酸、アルカリウォッシュといった自然派洗剤の特徴、汚れ具合や場所に応じた洗剤の使い分けについてお話しいただきました。高野さんによると、油や皮脂など家庭の多くの汚れに力を発揮するのが石けんだそうです。用途に合わせて使いやすいカタチにしましょうと、がんこな油汚れもすっきり落とす「とろとろ石けん」、クリーミーな泡がお掃除しにくい場所まで届く「あわあわ石けん」の作り方を教わりました。

後半は、皆で協力して学習会会場のばる★てらす調理室の換気扇や電子レンジの庫内、土瓶の茶渋などの汚れを実際に落としてみました。ご協力いただいた参加者のみなさんからは、「石けんの洗浄力に感動です」「キッチンだけでなく、家中のお掃除に安心して使えますね」などの感想が聞かれました。



第29回開催の様子

1 「良い鶏、良いえさ、良い管理が良いたまごを作ります」



2 お米の生産者と交流しました



3 「までっこ」とは産地の岩手県の方言で「大切に」



4 女性生産者による毎年人気の料理教室です



5 洗剤を使い分ければお掃除もラク!



★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。

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

「お風呂で あすーる。」

お風呂に入るときに、あすーるを持って入って湯船に浸かりながら、すみずみまで読みました。いつもは忙しいけどお風呂の時間はゆっくりでき、ほどよい読み物でした。皆さんにもおすすめします！

富士見市 浅井 律子さん

「パルの自転車保険」
自転車の保険が義務となり、古い自転車はチリとほこりまみれ。
パルシステムに保険がある事を知り、早速「パルシステム」の自転車保険 に入りました。来年1月1日より、また自転車に乗ることができるようになりました。格安でしたから...ありがとうございます。

狭山市 C U

「食卓の話題」
夫と二人暮らしをしています。食事の時よく話題になるのは、自分達が小さい頃何を食べたかです。夫は漬物、野菜ばかりだったとか。私達の子も達は何の食べものが思い出かしら...?

入間市 ノブ



熊谷市 小堀 道子さん

「甘いおやつ」

先日ギョーザの皮が余ったので、バナナを軽くつぶして包んで油で揚げてみました。熱々カリカリの皮の中に、甘いトロロトロのパナナが!! とってもおいしいおやつができました!

坂戸市 萩原 真実さん

「ひと言がほしく」

狭い通路を通ろうとした時、満員電車から降りる時、私は「すいませ〜ん」とか「ごめんなさい、降ります〜」などと声をかけます。すると皆さん、道を譲ってくださいます。何も言わず、表情も無く突進されて来ると恐怖さえ感じます。ひと声かけてくだされば、笑顔でお互いさまの気持ちになります。見知らぬ間柄でも声がけがほしいと思う今日この頃です。

さいたま市 TANTANN

「試験」
テーマ

「ママも頑張る」
長女が中3で、高校受験に向け試験三昧。何となくビリビリしてしまいそうなお空気を、どうにかほんわかしよう!! とパルごはんでは頑張っています。

川口市 ななママ

「我が子と一緒に」
漢検を受けてから、しばらくの間受験にはまっています。

漢字、時刻表、美術、秘書、日本語、東京シティガイド、常識、地理等です。きちんと受験勉強すべきでした。結果は2級、3級どまりでした。トホホ。

児玉郡 S子

「大学入試」
大学入試の時、人混みの駅の階段で倒れたことがあります。気づいたのは病院のベッドの中。しかし看護師さんはよくあることらしく、点滴を外して「今から行きなさい!」と。とても恥ずかしい思い出です。

ふじみ野市 さとみさん

「乗り過ぎ!」
高校入試の時、友人と間違えて、急行電車に乗ってしまった。降車すべき駅をまさかの通過...。「エッ!!」

戸田市 サクラサク

「コンクリート技士試験」
50才過ぎて構造計算、調査、化学反応など。初めて高校の化学が役立ちました。もちろんすっかり忘れてました。結果は1月中旬速達。リベンジの結果は?! ドキドキです。

上尾市 もつやりたくないよー勉強

「今でも忘れられない」
30年近く前、国家試験の合格折願に湯島天神へ。絵馬にマジックで「全員合格」と書いてしまい、クラスの1人だけ不合格に。今でも忘れられない私の汚点です。

春日部市 かあ

「人生ずっと試験」
自分の時の試験より、子ども達の試験の方が緊張しました。子ども達の大学入試も終わってほっとしていたら、また就職試験がやってきました。就職しても昇進試験や資格試験もあり、人生ずっと試験ですね...。

羽生市 千葉 美千代さん

「目覚まし代わり!」
兄の就職試験、遅れないようにと前日にホテルに泊まることに。万が一にも遅刻しないよう、保険として私も一緒に泊まるはめに! 当日は邪魔にならないようにと部屋隅の隅に...。無事試験は通過しました。

川口市 メガネ広報

「試験日を変えた娘」
娘の高校入試。3日間の試験日で初日に受験するはずが、何故か娘が「次の日にしよう」と自分の中で変更してしまいました。学校から「勝手に変更するとは前代未聞」と言われつつも試験を受けられることに! 結果、無事合格することができました!

さいたま市 M子

お知らせ

知っく! パルシステム

ご協力ありがとうございました
パルシステム埼玉平和募金

パルシステム埼玉では、戦争や貧しさの中にくらす子どもや女性のために、国際支援を行なっているNPOやNGOと協力して毎年平和募金に取り組んでいます。

昨年10月29日~11月9日の期間に組合員に呼びかけ、現金とポイントカンパを合わせて641,527円が集まりました。募金は、3月19日開催の「平和フェスタ&募金贈呈式」で各支援団体に贈呈されます。

[平和フェスタ&募金贈呈式]
日時: 3月19日(火) 10:30~12:30
場所: ばる★てらす1階
各団体が支援する地域の、手工芸品などの展示や販売を通して各国の文化にふれてみませんか。ご参加お待ちしております。

楽しいお便り・イラスト・写真はこちらまで

締め切りは 2月22日(金)

★4月号テーマ「うちの朝食」
朝起きて最初に摂る食事、みなさんは和食派?洋食派?ご家庭でのこだわり等ありますか?ぜひお便りください!イラストも募集中です!



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)

500ポイントをプレゼント!

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)

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

from Editor
編集後記
今年の立春は2月4日。春夏秋冬の最初の季節、春は立春から始まるそうです。近所の梅の花もほころび始めました。そのうちウグイスの声も聞こえて少しずつ気分も春めいてきますね。
女の子のいるご家庭ではおひなさまを飾る時季でもあります。ずつとサボっていたひな祭り。この春一人暮らしを始める娘が健やかであるよう、今年はお飾りとしましょうか。
(N)

埼玉県情報
コバトンnote
深谷市で就活
レインボー面接会開催
働き方改革や経営改革に取り組む県内企業の人事担当者とお会いする就活面接会です。
服装は自由、履歴書等の書類は不要です。お気軽に御来場ください。
日時: 平成31年2月23日(土) 午後1時から4時まで
会場: 深谷市上柴公民館(テリオ深谷3階キララ上柴内) 深谷駅南口より無料シャトルバスあり
問合せ: 埼玉県レインボー面接会事務局
048-657-3680
詳細は「レインボー面接会」で検索
コバトン

「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。

4月号テーマ「うちの朝食」 締め切り2月22日(金)

Quiz

解答

薄

霧

室

雨

名前 _____

組合員番号 _____

読者アンケート

2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「でんぎ」も大切な「産地」です
商品開発チーム
ハーティーパーティー春
理事会レポート
監事会報告
パルのことならなんでも聞いて
すぐそれパルごはん

「選ぶで変わる」ほんもの実感
毎日を豊かにくらしのあれこれ
News & Info
Letters
知っく!パルシステム
おしえて!パルレシピ
クイズ

ご意見 _____



おしえて!!

パルレシピ



節分の福豆で何か作れませんか?

戸田市 S・T



ADVICE



食育サポーター
渡辺 文子

片栗粉をまぶすとサクサク食感に。衣を混ぜすぎないのがポイントです。おやつにもいいですよ。

今月のメニュー

余った福豆で簡単かき揚げ

材料 (4人分)

玉ねぎ…1個、キャベツ…3枚、もやし…1/2袋、福豆…適量(余った分)、桜えび…20g、青のり…適量、お好み焼粉…200g、水…320cc、片栗粉…適量、菜種油…適量

作り方

- ①玉ねぎは縦の薄切り、キャベツはせん切りにする。
- ②ボウルに①と福豆、もやし、桜えび、青のりを入れて片栗粉をまぶす。
- ③別のボウルにお好み焼粉と水をさっくりと混ぜ、②に入れる。
- ④170℃の油できつね色になるまで揚げる。

おすすめの一品



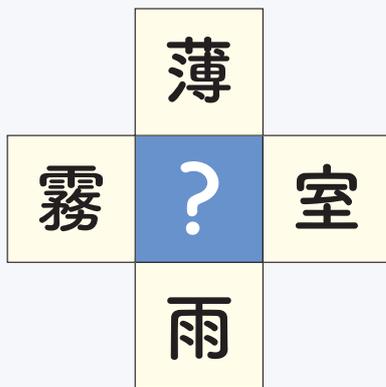
「压榨一番しぼり菜種油」
1250g 836円(税込)

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/
2月22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。

新春クイズ解答

問1	改
元	復元号
改元(かいげん): 年号を改めること。改号。	旦
問2	9
	<ul style="list-style-type: none"> ・カレンダーの!マークの数 ・テーブルの上のミカンと湯呑み ・イノシシが遊んでいるミカンとトマト ・コタツの中にあるイノシシの目 ・座布団のつぎはぎ ・コマのひもの長さ ・男の子のはんてんの模様 ・ダンボールのイノシシの足 ・イノシシの頭の上のミカンの数

応募総数 12月号のQuizの応募総数は175通で169通正解でした。

広報課行き