

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



5

2019 May

NO.297

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

2019 ピースアクション
in ヒロシマ参加者募集 2

パルシステム埼玉市民活動支援金 4

リニューアル

今月から紙が変わり
より見やすくなりました!



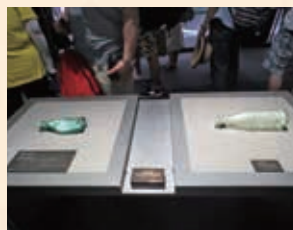
「ジャパン SDGsアワード」
第1回 受賞

2019ピースアクションinヒロシマ スケジュール

※状況により変更になる場合がございます。

8月4日(日)

- ・8時00分 東京駅集合
- ・12時30分 広島駅到着予定
- ・広島平和記念資料館見学
- ・現地ガイドによる室内碑めぐり
- ・参加者懇親会
- ・18時30分 ホテルチェックイン予定



熱により変形したガラス瓶
(広島平和記念資料館)



被爆の証言

【広島平和記念資料館とは?】

資料館には広島に原子爆弾(原爆)が落とされたときの被爆者の遺品、被爆のおそろしさを示す写真や資料が収蔵・展示されています。広島市の原爆が落とされる前とその後の歩みや各時代の状況について知ることができます。

8月5日(月)

- ・被爆体験伝承講話(大人)
- ・子ども平和会議(小人)
- ・ヒロシマ虹の広場
- ・17時00分 ホテル着予定



子ども平和会議



ヒロシマ虹の広場

【子ども平和会議とは?】

全国各地の子どもたちが広島に集まり、「平和」について一緒に考える会議です。「争いごとをなくすために、私たちにできることは?」など、子どもたちの視点から平和について話し合うことで、明るい未来を築ききっかけになります。

8月6日(火)

- ・「広島市原爆死没者慰霊式並びに平和祈念式典」参列
- ・碑めぐり「袋町小学校・旧日本銀行広島支店」
- ・14時00分 広島駅出発
- ・18時00分 東京駅着



原爆ドーム



原爆の子の像
(広島平和記念公園内)

【広島市原爆死没者慰霊式並びに平和祈念式典】

1945年(昭和20年)8月6日の朝8時15分に広島に原子爆弾が落とされました。広島では毎年この日に原爆によって亡くなった方の霊を慰め、世界平和を祈る平和祈念式典が行なわれます。広島だけでなく、日本全国、海外からも多くの人々が集まる式典の中で広島市長が行う平和宣言は、世界各国に送られ、核兵器の廃絶と世界平和の実現を訴え続けています。



74年前のきのこ雲の下でおきたことや、高齢化が進む被爆者の思いを学ぶ場として、次世代に被爆体験の継承と平和を願うヒロシマの心を広めていこうと始められた「ピースアクションinヒロシマ」。毎年8月に開催され、全国の生協から多くの子どもたちが広島に集まって、戦争のない未来を築くために「平和」とは何かを考えます。2017年度からパルシステム埼玉も組合員とともに参加しています。

2019ピースアクションinヒロシマの開催テーマは「ヒロシマの心を次世代のあなたへ知って、感じて、動き出そう」。広島への原爆投下から、その後の歴史や復興の歩みなど「ヒロシマ」だからこそ感じる平和の尊さや命の大切さ、戦争の恐ろしさを学びます。

● ピースアクションinヒロシマとは?

ヒロシマの心を次世代のあなたへ
2019ピースアクションinヒロシマ参加者募集

今年も8月に、日本生活協同組合連合会と広島県生活協同組合連合会との共催の「ピースアクションinヒロシマ」に参加します。夏休みにパルシステム埼玉と広島へ行き、「平和」を考える機会にしませんか?

● こんな方を募集しています!

- ・8月6日(火)の平和祈念式典参加を中心に、広島のみさまざまな場所を訪れて平和への思いを共有し、観光では得られない貴重な体験ができます。ぜひこの夏休みをきっかけに、広島へ行ってみませんか?
 - ・広島について知りたい!
 - ・夏休みの自由研究は「平和」をテーマにして書きたい!
 - ・子どもと一緒に平和について考えたい!
 - ・ピースアクションに興味がある
 - ・テレビや新聞、教科書だけではわからない、戦争について学びたい!
 - ・などなど:一緒に広島へ行く方を募集します!
- ※猛暑の中で徒歩によるフィールドワークがあるため、健康で健脚な方の参加をおすすめします。



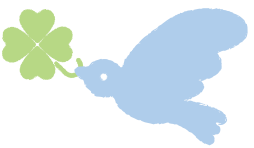
広島平和記念資料館



現地ガイドによる碑めぐり

参加確認事項

- ①参加対象者
組合員とその同居家族(小学4年生以上)
 - ②募集定員
10名
 - ③参加費
大人(高校生以上) 30000円
小人(小学生以上) 10000円
※企画参加費、新幹線料金(往復)、宿泊費、平和記念館・音声ガイド、食事3回分(4日夕、5日朝、6日朝)
※東京駅までの交通費、食事(4日昼、5日昼、6日昼)4回分、現地交通費は含まれません。
※5日の「子ども平和会議」参加者はお弁当がつきます。
※参加費は8月6日(火)商品利用代金と一緒に引き落としさせていただきます。
4日前より当日の取り消しはキャンセル料が発生します。詳しくはあすーるポケット514をご覧ください。
 - ④申込方法
あすーるポケット514(5月6日~10日配布)、パルシステム埼玉ホームページ「あすーるポケットイベント情報」よりお申し込みください。
 - ⑤お問合せ
組織運営部 0120-9211170
(月~金 9時00分~17時30分)
- ・高校生以下のお子さん一人での参加はできません。必ず保護者の方の参加・同伴をお願いします。
- ・大人、大学生のみでも申し込み可能ですが、応募者多数の場合は、「子ども平和会議」の参加対象である小学生4年生~高校生の参加者を優先します。



平和フェスタ&平和募金贈呈式を開催

パルシステム埼玉は3月19日（火）ぱる★てらすで「平和フェスタ&平和募金贈呈式」を開催しました。

パルシステム埼玉では、平和や国際協力について、日々の生活の中で考えようと、毎年「パルシステム埼玉 平和募金」を呼びかけています。今年度は11月に行い、多くの組合員からご理解とあたたかなご支援をいただきました。寄せられた募金は、国際支援活動に取り組み6つの平和募金助成先団体に贈呈し、世界各地で苦しんでいる人々への自立に向けた支援に活用されます。



内戦や災害によって犠牲になる人、学びの機会を失い、過酷な環境、貧しい暮らしを強いられる現地の人々をただ助けるだけの支援ではなく、彼らがこの先自分たちの力で生き続けられるように平和募金助成先団体はサポートを続けています。

平和フェスタでは、平和募金助成団体による支援金を活用した取り組みの紹介や、スリランカ、アフガニスタン、パレスチナなど、さまざまな国の手工芸品の販売が行なわれました。また、『アジアのコーヒー 東ティモール』『マスコバド糖』といったパルシステムのフェアトレード商品の試飲や試食も用意されました。参加者は、各団体の担当者に現地の様子や支援活動について聞くなど、平和や国際協力に理解を深めました。



2018 年度 パルシステム埼玉 平和募金（募金期間 10 月 29 日～ 11 月 9 日）

団 体	ポイント	現金	合 計	募金額(※)
NPO 法人シャプラニール	10,628	9,000	¥19,628	¥97,957
NPO 法人パレスチナ子どものキャンペーン	30,485	18,000	¥48,485	¥126,814
NPO 法人 APLA	13,800	9,900	¥23,700	¥102,029
公益社団法人シャンティ国際ボランティア会	20,400	13,500	¥33,900	¥112,229
NPO 法人チャイルド・ファンド・ジャパン	84,00	14,400	¥22,800	¥101,129
NPO 法人アジアを紡ぐ会	14,341	8,700	¥23,041	¥101,370
フリー募金（全5団体に寄付）	232,373	237,600	¥469,973	-
合 計	330,427	311,100	¥641,527	¥641,528

(※) フリー募金均等割合含む。均等割後の端数は最も金額の低い団体に入金。

理事会レポート

第13期 2018年度
第10回理事会
2019年3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 2019年度事業活動方針（2次案）決定の件
2019年度事業活動方針（2次案）が承認されました。総代からの意見をもとに次月理事会で協議の上、最終案を議決後、第26回通常総代会へ付議することが確認されました。

●第2号議案 2019年度予算（1次案）決定の件
2019年度予算（1次案）として承認されました。2018年度供給高の確定は4月となるため、改めて次月理事会で2018年度予算（2次案）を諮ることが確認されました。

●第3号議案 所在不明組合員の自由脱退処理の件
所在不明組合員2649名の自由脱退処理を行うことが承認されました。

●第4号議案 東松山センターの移転及び熊谷営業所統廃合の件
東松山センターの移転及び熊谷営業所の統廃合について承認されました。なお、移転先はパルシステム生活協同組合連合会が熊谷市に建設している物流センター内となり、詳細は下記の通りです。

2 月事業報告

組合員数 211,597 人 前月比+424 人
(単位：千円)

	実績	前年比	予算比
供給高	2,059,600	103.9%	97.5%
総事業高	2,129,313	103.8%	97.6%
事業総剰余金	2,129,313	103.8%	97.6%
経常剰余	34,209	101.0%	101.6%

※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

●第5号議案 第14期理事全体区候補者推薦の件
理事全体区候補者8名に対して理事会推薦とすることが確認されました。

【特別報告】
●2018年度決算見込み、決算方針について
●役員人事委員会答申

名称(仮称) パルシステム埼玉熊谷センター
所在地 埼玉県熊谷市樋春字袋田
1223番2 (JR熊谷駅より5.3km)



監事会報告

I. 第10回監事会 3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。
●期末監査の計画を協議し、監査実施計画書を作成しました。
●次期監事候補者の推薦について協議しました。

II. 3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、理事共有化会議、連合会政策討論集会、役員選挙管理委員会、地方区推薦委員会（東地区・西地区）
【監査活動】
監事連絡会、理事セミナー、代表理事懇談（事務理事）、八重洲監査法人監査立会、部門長ヒアリング（マネジメント推進室）、事業所往査（白岡センター）
【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・監事研修会、日本監査役協会本部講演会、平和募金贈呈式、セカンドリーグ埼玉理事会、さよなら原発全国集会

【員外監事の目（同一労働同一賃金⑥）】
嘱託社員と正社員との間で職務内容や配置の変更の範囲に相違のない事案において、最高裁はその他の事情（嘱託社員は定年退職後の再雇用であった等）を考慮して一定の労働条件の相違を許容しました（長澤運輸事件判決）。
この判決の論旨が、他の事例にも当てはまるかは議論があるところです。同一労働同一賃金は社会のうねりとなっており、論議はさらに深まっていくでしょう。現時点で参考となるものとして、厚労省「同一労働同一賃金ガイドライン」があります。（次回から「民法改正・保証」）

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、配送便で返送ください）。



①保存は常温で



②時短でおいしい手作りごはん
パルシステムの『お料理セット』



③茎までおいしく食べられます

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）
※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

鶏モモ肉の粒マスタード煮

調理時間 25 分

●材料（4人分）

鶏モモ肉… 250g、小麦粉…大さじ 1/2、玉ねぎ…200g、じゃがいも…150g、グリーンピース（むき豆）…30g、オリーブオイル…大さじ 1/2、コンソメ（顆粒）…大さじ 1/2、水…100cc、白ワイン…50cc、粒マスタード…大さじ 2、牛乳…100cc、塩・こしょう…適宜

●作り方

①鶏モモ肉はひと口大に切り、塩・こしょうをして小麦粉をまぶす。

②玉ねぎは2cmのくし切りにする。じゃがいもは1cm角に切り水にさらす。

③フライパンにオリーブオイルを熱し、①を焼く。焼き色がついたら玉ねぎを入れてさらに炒める。

④ペーパーで余分な油をふき取り、じゃがいもとグリーンピースを加え、水、白ワイン、コンソメを入れふたをして3分煮る。

⑤④に牛乳、粒マスタード、塩・こしょうを加えて味を調え、さらに2分ほど煮る。



食育サポーター
横山 みち子

クリーミーな味付けに粒マスタードの風味が効いています。フライパンひとつでできる簡単料理です。

Q1

バナナを冷蔵庫に入れたら黒ずんでしまいました

バナナは熱帯の果物ですので、寒さに弱いのが特徴です。冷風に当たると皮の色がくすみ、硬いまま黒ずんだりして、熟す前に腐敗が始まってしまうことがあります。

お届け後は冷蔵庫には入れず、必ず常温で保存をお願いします。

15℃以下のところに長時間置いておくと、追熟が止まることがありますので、まだ青くて未熟なものは、新聞紙に包んで部屋の中なるべく暖かいところに置いて追熟してください。夏の暑いときには涼しいところで保存すると長もちします。

①

Q2

お料理セットの消費期限がすべて「お届け翌日」なのはなぜですか？

お料理セットの消費期限はカット野菜を含め「セット品の中で、もっとも消費期限が短いもの」に合わせて設定されています。特に野菜は、丸のままでは日持ちするものもカットすれば表面積が増えるため、劣化のリスクが高まります。

カット後に殺菌・洗浄をしています。何日間も日持ちを向上させる効き目はないので、お料理セットはお届け翌日までにお召し上がりください。

②

Q5

カタログのお米や野菜についている『コア・フード』『エコ・チャレンジ』のマークについておしえてください。

パルシステムの米と青果には、「コア・フード」「エコ・チャレンジ」という独自の栽培基準があります。めざしているのは、人体や環境への影響が大きい化学合成農薬を避け、化学肥料の削減を通して健康な土づくりを進めること。「コア・フード」と「エコ・チャレンジ」のマークが目印です。



※表示なし パルシステムの産直産地で生産された農産物。

Q3

ブロッコリーの茎やキャベツ・レタスの外側の葉っぱも食べられますか？

ブロッコリーの茎も、キャベツ・レタスの外葉も食べられます。ブロッコリーの茎はシャキシャキした食感が楽しめるので、ぜひ、捨てずに食べてください。ピーラーなどで外側をむいて、食べやすい大きさに切り、サッと塩ゆでしてスティックで食べたり、シチューなどの煮込み料理にしてもおいしく食べられます。

キャベツやレタスなどは輸送時のショックを和らげるためにも、外側の葉を多めに残してお届けしています。冷蔵庫に入れる時に、外側の葉を2枚ほどはがしてください。

外側の葉は内側よりも厚く、硬いのが特徴ですが、炒めたりスープなどに入れたりするなど、ぜひ上手に使い切ってください。

③

Q4

インターネット限定商品とは、どのようなのですか？購入にあたり、何かメリットはありますか？

一定数が準備できず、商品カタログには掲載できない商品を、インターネット注文（アプリ）のシステムを活用して取り扱っています。販売できる数に限りがある希少な商品や、品質的には問題ない「わけあり」商品など、ネット限定シヨップならではの品揃えがあります。

※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。



コア・フード

有機JAS認証を取得した「有機農産物」、またはそれに準ずると判断された農産物。化学合成農薬、化学肥料を使わない（※）、パルシステムのトップブランドです。※有機JAS認証での使用可能資材を除く。



エコ・チャレンジ

化学合成農薬、化学肥料を各都道府県で定められた慣行栽培基準の1/2以下に削減し、パルシステムが定める「削減目標農薬」を原則不使用。

※青果は、除草剤、土壌くん蒸剤不使用。
※青果は2014年10月お届けから、米は2015年産米から実施

毎日を豊かに くらしのあれこれ



LPA
監修：パルシステム埼玉LPA
塚田 あゆみ さん

LPA(ライフ・プラン・アドバイザー)
LPA養成セミナーを修了し、資格を取得した組合員で、教育・保険・医療・葬祭などのライフプランのアドバイスや情報を組合員の視点に立って伝えます。
全国で活躍する組合員LPAは637人(ライフプランニング活動実態調査2017年度報告より)、パルシステム埼玉では2018年度は16名が活動に参加しました。



今月のテーマ 40才からのエンディングノート 後編



自分1人が「何かが起こったときに備え、あらかじめ家族やまわりの人に伝えたいことを書き留めておくエンディングノート」。

4月号に続き、40代からエンディングノートを始める理由についてLPAの塚田あゆみさんにお聞きしました。

40代からのエンディングノート

実は、LPA講座で使用しているエンディングノートは、私が作成したオリジナルです。「なあーんだ、持っているノート使えと思ったのに」と思った方、大丈夫、エンディングノートは、「冊では終わりません。数年ごとに化する生活の状況に合わせて書き直す部分が必要出てきます。だから、元気な40代に一度書いておいて欲しいのです。フットワークが軽いのなら、自分の資産や役所で集める書類の手続きなどもそれほど苦労はしません。今回は、変化しただけ書き換えればよいので、作業は、すごく楽になります。」

エンディングノートは、心の断捨離

数年前、断捨離ブームがあり、今ミニマリストというものを抱えない生き方が提唱されています。エンディングノートを書くことで、心も断捨離ませんか？自分にとって大切なものや「こと」。書いていくと、より明確になります。家族に残したい、伝えておきたいことをひとつひとつ作業していきましょう。そのきっかけにこの講座が役立てればと思います。

●LPAエンディングノート講座のご案内
日時 6月25日(火)10時~12時
場所 ぱる★てらす
あすーるポケット6-1をご覧ください

人はなぜ、エンディングノートを書かないか

なぜなら、「明日は、死なないと、思っているから」当然です。死は、程遠い存在です。そしてまた遠くあれと願っている存在です。けれどガンになる人が急増するのは40代からというのはご存じですね。

ガンは、今や二人が罹患する時代。医療の進歩で治る方も多いですが、ガンと聞くと、途端、家族のことを思ったり、自分の今後を思いあぐねて悩みます。だからこそ私は、40代からのエンディングノートをおすすめするのです。子育ても終わっていないのにエンディング？いえ、今、私が倒れたら家族がどれだけ大変か想像してみてください。私しか知らないことが家の中にたくさんあるでしょう？



後継者問題、気候の影響、生産と買い、組合員の願い...さまざまなことが話題に

●作る人、食べる人が互いに理解を深めた交流会

毎年この交流会には青果や米、卵、肉、牛乳などの生産者が日本全国から参加します。産地に行くことができない組合員もふだん自分たちが食べている商品や農畜産物がどのように作られているのか、直接話を聞くことのできる機会になっています。

昨年9月に開催した「JAふくおか八女公開確認会」の報告に続き、基調講演として、佐原農産物供給センターの香取政典代表に、農業と消費の未来について、女性部「農めくくらぶ」の香取千恵子さんに、「農めくくらぶ」の活動と、さつまいもの生産から加工、販売を手がける6次産業の取り組みをお話いただきました。

後半は、生産者、組合員、役職員が同じテーブルにつき、産地の取り組みや、今後の展望などを話し合いました。昼食には産地の食材を使ったお弁当を堪能しました。その後、生産者と組合員の代表者が、話し合いの内容と感想を発表。あらためて産地と食卓を育んでいく関係性を会場全体で共有し、理解を深めた交流会となりました。

●参加者の声

組合員より
生産者のご苦労を聞かせていただき、食べるときに思い出して食べたいと思います。

自然環境、人手不足など悩ましい問題が多い中、安全・安心な食べものを届けていただけるありがたさを感じました。

生産者より
多くの方々が我々の生産物を楽しみにしていることを知りました。産地に持ち帰り、他の生産者に伝えます。

産地に来てください！
農業はたいへんですが、やりがいも達成感もあります。今後も安心して食べていただけるものを生産していきます。



基調講演「農業と消費の未来」
佐原農産物供給センター 香取政典代表



産直素材を使った特製のお弁当
大好評でした！



「JAふくおか八女公開確認会」報告
監査人 石尾優子さん(組合員)



生産者代表の発表
(有)サンドファーム旭 斉藤雅道さん



第30回生産者・消費者交流会を開催 これぞ産直!! 産地と食卓を育む未来

3月8日(金)、ラフレさいたま(さいたま市)で、「第30回生産者・消費者交流会」を開催し、産地・関連団体から58名、組合員51名、パルシステム埼玉役職員38名の、計147名が参加しました。

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

2月16日(土)・18日(月)
おうちで「和菓子作り」

ばる★てらす(さいたま市)

パルシステム埼玉は、食育サポーターによる和菓子作り教室を開催し、2月16日の土曜日は親子でチャレンジしました。(1)

毎回好評の食育サポーターの料理教室。食育サポーターの比留間ゆきさん、鈴木二三四さん、渡辺正子さん、高島敦子さんを講師に、「さつまいもの蒸し羊かん」と「桃白玉」を作りました。

蒸し羊かんは、パルシステムのPB商品「産直小豆ゆであずき」に薄力粉

と締めくくり、終活を考える講座を終えました。

3月7日(木)

消費者被害防止サポーター養成講座

蕨市民会館(蕨市)

パルシステム埼玉は、特定非営利活動法人「埼玉消費者被害をなくす会」と共催で、消費者被害防止サポーター養成講座を開催しました。(4)

最初に司法書士の先生より、消費者保護の制度やサポーターの役割について、お話いただきました。後半は埼玉県消費生活コンサルタントの会の方より、悪質商法をはじめとする消費者被害の実例について学びました。

昨年度の高齢者に関する相談の件数は、1位が商品一般、2位がデジタルコンテンツ、3位が工事・建築、4位がインターネット接続回線、5位が修理サービスです。また最近の特徴として、原野などの価値の無い土地を騙して売りつける悪徳商法が再び増加傾向にあり、昨年度より約40%も増加しています。

悪質商法や特殊詐欺は毎年巧妙化しているため、一度講座を受けて終わりではなく、定期的に受講し、自身や家族の身を守るとともに、地域のご高齢の方に発信していく必要性が伝えられました。

と上新粉を混ぜあわせたところに、切ったさつまいもを加えて蒸すだけの簡単調理。ほっこりとするやさしい甘さに仕上がりました。見た目もかわいらしい桃色の白玉は、つぶしたイチゴの水分で白玉粉を練り、あんこ玉を包んでゆでるという、こちらもシンプルな手作りお菓子です。

2月23日(土)

東日本大震災復興支援助成金贈呈式

ばる★てらす(さいたま市)

パルシステム埼玉は、東日本大震災復興支援助成金の贈呈式を開催しました。(2)

パルシステム埼玉東日本大震災復興支援助成金は、東日本大震災による被災地及び被災者への支援を行う団体に対して、パルシステム埼玉が社会貢献活動の一つとして資金面で支援していく制度です。

組合員を交えた運営委員会による審査と選考により、今回は4団体が決定し、総額136万5千円が助成されました。

田原けい子理事長の挨拶、運営委員会委員長の原田峻氏の総評に続いて、4団体の代表へ目録を贈呈しました。各団体からは、お礼の言葉とともに、助成金の使途と今後の抱負が述べられました。

また、昨年度助成した3団体が、一

3月13日(水)

双葉町復興支援ママサロン

ふたば交流広場(加須市)

パルシステム埼玉は、「双葉町復興支援ママサロン」を開催しました。(6)

パルシステム埼玉カルチャーヘルパー田村かなめさん、赤田豊志郎さんを講師に招き、傾聴・承認・質問によって子どもの自立を支援するコミュニケーション「ババ・ママコーチング」について学びました。子どもの真の「自立」を実現するコミュニケーションの取り方を教わり、またグループワークを行なう中、参加者はお互いのコミュニケーションを図りながら、子育てで抱えている悩みを共有し、充実した時間を過ごしました。

3月19日(火)

第二弾

安心・安全な調味料を見極めよう！

ばる★てらす(さいたま市)

パルシステム埼玉は、PLA(パルシステム・ライフ・アシスタント)の長浜悦子さん、柿添昌子さん、高野尚子さんを講師に、パルシステムのPB商品「庄搾一番しぼり菜種油」「国産丸大豆しょうゆ」「便利つゆ」3種の調味料の原材料や製法のこだわりについて学びました。

市販品と一緒に比べ、見た目や味の違いを実感すると、「パルの商品は安心安全と認識していたが、原料、製法、

年間の取り組みを振り返り、活動を報告しました。

贈呈式後は、各団体が支援や活動などの情報交換を行い、今後のつながりや活動の広がりに向けて、交流を深めました。

3月5日(火)

備えて安心「エンディングノート」

ばる★てらす(さいたま市)

パルシステム埼玉は、LPA(ライフ・プラン・アドバイザー)の塚田あゆみさん、大塚智子さんを講師に「備えて安心」エンディングノート」を開催しました。(3)

80代の身体の不自由さを知ることから講座が始まりました。「高齢者疑似体験セット」を着けて歩き階段を昇降すると、相当な体力が奪われます。また視界も悪くなり視野の狭さも痛感します。そんな不安を感じることで、老後に備えようという気持ちが生れます。

ノートの書き方に講習内容が移ると、入院に関する記入法からはじまり、残された人にとって必要不可欠な情報(臨終、葬儀、連絡先、家族への手紙、財産、保険等)の記述について説明を受けました。最も大切なのは、誰かにノートの存在を伝えておくことです。

「自らの意思を伝えることができなかった時、残された人に願いを伝えるエンディングノート。ノートは一冊で終わることはありません。生活状況は変化するので、数年ごとに見直す必要があります。一度元気づけに、書けるページから始めてみましょう！」

Information

～組合員のみなさまへのお知らせ

第26回通常総代会のご案内

第26回通常総代会を開催します。総代会では、主に昨年度の事業活動と決算報告および、パルシステム埼玉が2019年度に取り組む事業活動方針・予算を決定します。

●第26回通常総代会

日時 6月12日(水) 10時開始
会場 パレスホテル大宮4Fロズルーム(さいたま市大宮区)

●通常総代会で行うこと

通常総代会では、昨年度パルシステム埼玉が取り組んだことが事業活動方針に沿って行われたかを確認します。また、この先の1年間に取り組む事業や活動が、組合員のくらしに貢献できるものかどうかを判断して議決します。

総代会が生協の「最高意思決定機関」とされるのは、総代会で決定した方針に従ってパルシステム埼玉のすべての事業や活動がすすめられるからです。総代会には組合員の代表である「総代」が出席し、提案される議案に対して、「賛成」「反対」の意思を示します。

①春を感じながらおうちで和菓子作り



②これからも支援の輪を広げていきます



③遺言書では伝えきれない言葉をエンディングノートで！



④消費者被害にあわないためにトラブルの事例や手口を知るのは有効です



⑤「させる」を手放し、子どものやる気や能力を引き出しましょう



★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

★7月号テーマ「夏祭り」

そろそろ夏祭りが始まる季節です♪楽しみにしているお祭りや、思い出等ぜひお便りください！イラストも大募集中です。

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）

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
5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

ようやくスギ花粉の時期が過ぎ、からだに楽になりました。毎年のように「昨年●倍」と聞きますが、果たして来年は10年前に比べると何倍なのか恐怖です。

目薬さす時に
まぶたが
ピクピク

埼玉県のマスコット
コバトン さいたまっち

お知らせ

知っとク!
パルシステム

パルシステムの商品づくり
7つの約束

パルシステムの商品は、単なる「モノ」ではありません。次の「7つの約束」の実現をめざして商品づくりを進めます。

①作り手と「顔の見える関係」を築き、信頼から生み出された商品をお届けします。

②食の基盤となる農を守るためにも国産を優先します。

③環境に配慮し、持続できる食生産のあり方を追求します。

④化学調味料不使用で、豊かな味覚を育みます。

⑤遺伝子組換えに「NO!」と言います。

⑥厳選した素材を使い、添加物にはできるだけ頼りません。

⑦組合員の声を反映させた商品づくりを大切にします。

埼玉県情報
コバトンnote

埼玉県正社員化総合相談窓口の御案内

県では、正社員になりたい方を応援するため、ハローワーク浦和・就業支援サテライトに正社員化総合相談窓口を設置しています。来所・電話・メールでの相談のほか、正社員になるためのセミナーも開催しています。

「パートで働いているけど正社員になりたい」「面接対策について教えてほしい」「今の会社で正社員になりたい」などの御相談をお待ちしています。

相談 Tel 048・826・5341

問合せ 埼玉県産業労働部雇用労働課
Tel 048・830・4516

「正社員化総合相談窓口」で検索

Letters

みなさんからのお便り

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

「ふきのとう」

我が家の狭庭にも、一度に3つ4つ「ふきのとう」が出ました。2、3回位摘み、生協のおみそで食べました。大人3人が大好きで、すぐ食べ切ります。季節のものは少しでもうれいですね。おいしいおみそをありがとう。

日高市 ムンビー

「風化させない」

東日本大震災が発生して早くも8年が過ぎました。救援のため開催され続けてきたイベントの取り止めなど、風化傾向が見受けられ淋しさを感じます。

地元のコミュニティ行事などに今後も積極的に参加して行きたいと思っています。

富士見市 大谷 禎子さん

テーマ「給食」

「給食の魔力」

幼稚園児の息子は、家のごはんよりも給食がおいしいと言っています。苦手な野菜もすべて食べているよう…。給食の魔力って一体何なのでしょう。一生懸命ごはん作りをしている母は悔しいです。

桶川市 YUKKY



川越市 もっちー

「バ尔斯システム♡」

入会して1年が経とうとしています。おいしい食材を食べるたびに「パル」にして良かったと思っています。

朝霞市 長島 よし子さん

「クイズ」

あすーる3月号のクイズは難易度高し！ひと目でわからず、辞書引きを即決!!これは完全に当て字系の漢字ではないかと思いましたが、「タコ」と「シミ」。しかもシミが昆虫とは?! 知りませんでした。

川越市 菌類ラブの生物教師

「孫にはナイシヨ」

竜宮城のような建物と評判の南埼玉郡の町立小学校に通った30代後半の息子が低学年の時、給食がなく弁当でした。3年生位から給食が始まり、私は楽になったと思っていたら、先生から「嫌いな物は一切食べず、ごはんのみそ汁だけしか食べない時がある」と言われたことがあります。親として好きな物しか食べさせてない事を反省させられました。

孫たちは、ほとんどおいしく食べているようです。パパの話はナイシヨにしています。

南埼玉郡 宮本 春江さん

「給食」

戦後、物のない時代に学生時代を過ごし、小学校は弁当を持ち中2位まで続いたかと。初めての給食は？とにかく脱脂粉乳の不味さに困りました。未だに牛乳が苦手です。でも骨のためにカフェオレにして飲んでいました。

所沢市 みくえ

「温かい給食」

揚げパンとカレーうどんが楽しみでした。学校内にある給食室で作っていたので、温かいものが配膳。

小学校低学年の時には、アルマイトのちよっといびつな器にまずい脱脂粉乳を入れて飲んだこともありました。

川口市 生まれも育ちも川口の60才

「牛乳のみ」

給食、食べてみたかったな。戦後の食糧難から全国に拡がった給食制度なので、米はあった杉戸町は給食が遅れ、牛乳だけでした。

転校生の話を聞くたびに食べたいなと思っていました。

北葛飾郡 高橋さん

「毎日お弁当」

50、60年前の山奥の小中学校では給食はありませんでした。毎日お弁当を持って通学。びんの牛乳を1本ずつ飲んでいました。冬は教室のストーブの上に金だらいをのせ、お湯をわかして蓋をとった牛乳ビンを入れ、温めた記憶が鮮明にあります。

さいたま市 EY

「中学生になった息子へ」

野菜が苦手な息子は、1年生の時から給食をあまり食べないまま小学校を卒業することに…。

中学生になったら、栄養バランスの良い給食をたくさん食べてほしいです。

坂戸市 真実さん



秩父市 舞さん

Quiz

解答

上
下
腕
水

名前 _____

組合員番号 _____

読者アンケート

5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 2019ピースアクションin ヒロシマ参加者募集
- ☐毎日変わる"ほんもの実感"を豊かにくらしのあれこれ
- ☐パルシステム埼玉市民活動助成金
- ☐News & Info
- ☐平和フェスタ&平和募金贈呈式
- ☐Letters
- ☐理事会レポート
- ☐知っとク!パルシステム
- ☐監事会報告
- ☐おしえて! パルレシピ
- ☐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

フルーツたっぷりのデザートをおしえて!

志木市 R・S

ADVICE



食育サポーター
長田 良子

イタリアのフルーツポンチです。簡単で華やかに仕上がるので、季節のフルーツを使ってお試しください。

今月のメニュー

マチェドニア

材料 (4人分)

キウイフルーツ…1個、いちご…5個、バナナ…1本、冷凍マンゴー(または冷凍みかん、ゴールデンパインなど)…80g、種抜きブルーベリー…5個、レモン汁…大さじ2、オリゴ糖(またははちみつ)…大さじ2

作り方

- ①果物を食べやすい大きさに切る。
- ②レモン汁とオリゴ糖を混ぜ、①とあえる。
- ③冷蔵庫で冷やしてでき上がり。

おすすめの一品



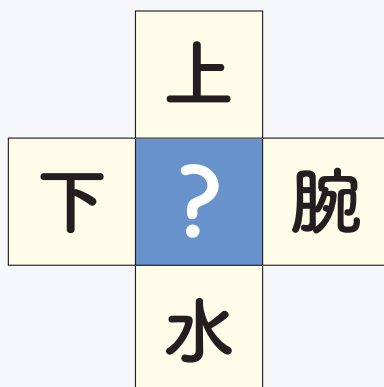
『北海道てんさいオリゴ』
1kg 1,024円
北海道特産のてんさいから作られた天然のオリゴ甘味料。

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→<https://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。

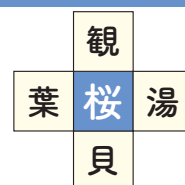


●締め切り/5月24日(金)

●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



「桜」でした。

桜湯(さくらゆ):塩漬にした桜の花に熱湯を注いだ飲み物。婚礼などのめでたい席で茶の代わりに用いる。

応募総数 3月号のQuizの応募総数は183通で165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)・あすの紙面への掲載・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