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

あすーる

10
2020 October
NO.314

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くらせる
埼玉をつくります

特集
新発売！小松菜しょうゆ漬 2

お知らせ
組合員活動等の休止に伴い、当面の間ページ数を減らしてお届けします。

新発売！
小松菜しょうゆ漬

沃土会の小松菜を、マルツ食品（株）で約1か月かけてじっくり乳酸発酵させ、しょうゆ漬にしました。満を持して9月3回に新登場！
ごはんがすすむ一品です。ぜひお試しください。

こだわり その1
塩！

塩は沖縄のシママース。沖縄で昔ながらの海水を平窯で煮つめてつくるミネラル豊富な塩です。この豊富なミネラル分が小松菜の味を深めてくれます。

こだわり その2
白しょうゆ！

乳酸発酵時の風味を生かすために濃口しょうゆではなく、風味を強調しすぎない白しょうゆを使用しています。

こだわり その3
乳酸発酵！

気温と塩分濃度の調整が重要な乳酸発酵。非常に柔らかい小松菜の葉先が溶けてしまわないよう注意しながら発酵度合いを確認しています。

乳酸発酵とは…

乳酸発酵は乳酸菌などにより糖質が分解され、乳酸になることをいいます。酸味が増して香りや旨味を引き出したり、保存性が高まることが大きな特徴で、ヨーグルトやぬか漬け、みそなどが作られる過程で起こっています。
小松菜しょうゆ漬は植物性乳酸菌による乳酸発酵漬物です。植物性乳酸菌は胃酸に耐え、比較的腸に届きやすいと注目されてきました。この漬け物は加熱殺菌工程で発酵を止めていて、数多くの植物性乳酸菌の死菌が腸内の善玉菌である乳酸菌の餌となり増殖につながると言われています。乳酸菌は腸内を悪玉菌が嫌いな酸性にし、腸内環境を整えてくれます。

参考：厚生労働省　e-ヘルスネット

埼玉産直協議会『農・彩・土』

2011年に県内産地の沃土会、南埼玉産直ネットワーク、パルシステム連合会、株式会社ジーピーエス、パルシステム埼玉の5団体で生産者と消費者の交流を通じて地産地消をすすめ、県内の農業と環境を守ることを目的に設立した団体です。

沃土会

『農・彩・土』の正会員。深谷市に位置し、土づくりを大切にして微生物を生かした農法に取り組んでいる産地です。代表的な商品は旬野菜6品セットの『わくわくBOX』です。

マルツ食品株式会社

『農・彩・土』の賛助会員。深谷市で埼玉県産の元気な野菜の持ち味を生かした漬け物を作っているメーカーです。

おすすめの食べ方

細かくし混ぜご飯やおにぎりに！ごま油で炒めてチャーハンに！ きざんでポテトサラダやタルタルソースに入れてパスタと和えたりとアレンジは無限大！

次回企画　年内企画予定
『小松菜しょうゆ漬』
100g　298円（税抜）
原材料 ： 小松菜、唐辛子、漬け原材料（白しょうゆ、三温糖、発酵調味料、梅酢、かつお節エキス、コンブエキス、食塩）
アレルゲン：大豆、小麦

組合員活動再開のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため3月から組合員活動を自粛して参りましたが、10月より段階的に活動を再開します。
組合員活動施設「ぱる★てらす」で行う企画では、マスクの着用、入り口での手指消毒、非接触型体温計による検温をお願いします。発熱（37・5度以上）や咳、味覚障害、倦怠感、風邪などの症状がある方、家族や同僚に感染者がいるなど、感染が疑われる方は、原則として入館をお断りさせていただきます。
当面の間、調理や試食を伴うイベントは感染予防の観点から中止とし、コミュニティスペース（1階・2階）も利用を停止します。引き続き感染予防を図りながら組合員活動をすすめます。

イベント中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を鑑み、出展社およびご来場のみなさまの健康・安全面を第一に考慮した結果、今年度の「商品展示会」「青空市」を中止することになりました。開催を楽しみにされていた方々にはたいへん心苦しい限りですが、ご理解いただき次回の開催をお待ちいただければ幸いです。
今後のイベントの開催につきましても、状況により中止とさせていただく可能性があります。何卒ご了承のほどお願い申し上げます。

理事会レポート

第14期2020年度
第3回理事会
2020年8月26日開催

【議決事項】
●第1号議案　第28回通常総代会　日時・場所決定の件
第28回通常総代会の日時・場所について左記の通り承認されました。
日時：2021年6月10日(木) 午前10時開会
場所：パレスホテル大宮　4階ローズルーム
●第2号議案　パルシステム生活協同組合連合会への出資金増資の件
パルシステム生活協同組合連合会へ1,070万円を増資することが承認されました。

【特別報告】
●役員人事委員会答申　第15期理事定数と理事地方区の選出区（案）について
●役員人事委員会答申　理事のあり方について

【監事会報告】
●第27回通常総代会　監査実施報告

監事の役割

監事の役割は、理事の職務執行を監査し、監査報告を作成して総代会に報告することです。

監事の一人ひとりが法的な独立性と調査権限のもと、組合の業務と財産の状況の確認と検証を行なっています。時には配送センターなどに赴いて担当者と直接話し、日々正確な情報を集めることでパルシステム埼玉全体の実状を把握することに努めています。

監事になるためには

監事は2年に1回行う選挙で決まり、任期は2年です。特別な資格は必要ありません。まじめに真摯な態度で事実を客観的に見て役割を遂行することが大切です。

7月事業報告

組合員数 207,190人　前月比 −875人

（単位：千円）

	実績	前年比	予算比
供給高	2,680,337	109.8%	111.8%
総事業高	2,759,606	109.5%	111.4%
事業総剰余金	711,343	112.8%	114.4%
経常剰余金	148,367	290.4%	312.6%

※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
※7月営業日…2019年度：23日　2020年度：23日

監事会報告

Ⅰ．第3回監事会　8月25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。
●第27回通常総代会に係る監査の実施報告書を作成しました。
●中間監査実施計画について事前協議をしました。

Ⅱ．8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、総代会後の監査、代表理事懇談（理事長）、八重洲監査法人監査（監査立会、報告聴取、監査計画書受領、理事者とのディスカッション陪席）、事業所往査（日岡センター・入間センター）、内部監査査立会（蕨センター・草加センター）、監事監査基準の見直し
【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（Web）、コンプライアンス研修傍聴、2020ピースアクションinヒロシマ（Web）

【員外監事の目（コロナをめぐる法律関係③）】
不可抗力だから仕方ない、という言い方が日常的によくされます。法律上も、不可抗力の場合は、原則として責任を免れます。では、不可抗力とは何でしょうか。
不可抗力とは、①外部からくる事実であり、②取引上要求できる注意や予防方法を講じても防止できないものです。したがって、在宅勤務などが可能な場合において、企業がこれを十分検討することなく、コロナ禍を理由に、従業員を休業させる場合などは、不可抗力とは認められない可能性が大きいと考えられます。（続）

パルのことならなんでも聞いて

❶発酵が進まないよう冷蔵保存してください

Q1 納豆を食べたらジャリジャリした食感だったのですが？

冷蔵温度の10℃を超える場所で保管された場合や賞味期限を過ぎた場合に、発酵がさらに進み（二次発酵）、大豆に含まれるたんぱく質がさらに分解され、水に溶けにくいアミノ酸の一種であるチロシンが析出されます。チロシンが析出されるとジャリジャリした食感がします。ゆでたたけのこをカットすると中に白い塊がありますが、こちらもチロシンです。二次発酵状態になると、チロシンの析出のほか、粘りがなくなったり、味が苦くなったり、アンモニア臭がしたりといった現象が発生します。二次発酵状態となった納豆は、味やにおいに変化はありますが、万が一お召し上がりになられても、お身体への影響はありません。（❶）

Q2 ポイントは何ポイントから利用可能ですか？

ポイントを「利用代金」や「カンパ」に使う場合は、1ポイントから利用可能です。端数や100ポイント以下でも申し込みできます。
（例えば）
・保有が20ポイントの場合「100ポイント×1口」で申し込むと、20ポイントすべて利用可能です。

インターネットから100ポイント以下で申し込んだ場合、「申請ポイントが不足していたため、保有ポイントすべてが使用されます。」というお知らせがでますが、そのままOKを選択して進んでください。

表紙レシピ
すぐそれパルごはん

フライパンビビンバ

調理時間 20分

●材料（4人分）
ごはん…茶碗4杯分、豚肉…300g、焼き肉のたれ…大さじ4、ほうれん草…1束、大豆もやし…1袋、人参…1/2本、きのこ（しめじ・エリンギ・まいたけ・しいたけなど）…100g、キムチ…100g、卵…2個
A［しょうゆ…大さじ1、ごま油…大さじ1
鶏ガラスープの素…大さじ1/2、白ごま…大さじ1］
ごま油…適量、コチュジャン…お好みで、ピザ用チーズ…お好みで

●作り方
①ナムルを作る。ほうれん草はゆでて3〜4cmに切り、水気をきる。大豆もやしはゆでてザルにあげ水気をきる。人参は皮をむいて長さ3〜4cmの細切りにする。
②ボウルにAの材料を入れ混ぜ合わせ、よく水気をきった①を入れてあえる。
③フライパンにごま油を入れて、豚肉を炒め、火が通ったらきのこを入れ、焼き肉のたれで味付けし、皿にあげておく。
④肉の油をさっと拭き取り、フライパンにごま油を入れ、よく温まったら、ごはんを入れる。
⑤②と③とキムチをごはんの上にのせ、卵を真ん中に落とす。そのまま触らず中火でごはんにおこげがつくまで加熱する。
※コチュジャン、チーズはお好みで。

食育サポーター
中島 園子さん

ボリューム満点！
おこげもおいしいです。
ホットプレートでもできますよ。

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。

秩父市　まいさん

フリートーク

「今できることを」

コロナ禍の中、日常をしっかり送る。恐れすぎず過信しすぎず、できることを淡々としていきたい。普段読めなかった本を読み、少しずつ片付けをしながら、生活を楽しみたいと思います。

三郷市　Lily

テーマトーク「私の好きなパル商品」

「まぜっこ鶏」

まぜっこ鶏むし鶏（ペアパック）が好きです！ メニューの応用力の広さ、味の良さ!! 助かります。

朝霞市　土橋　裕子さん

「トマト」

私は果物が好き。そして沃土会「トマト」は、果菜でフルーツのような味わいでとてもおいしいです。お勧めしたい商品です。

春日部市　一江さん

「恩納村のもずく」

スーパーで手に取るものは汁ばっかり…。でもこちらは、もずくたっぷり。ミネラル不足を補いたい気持ちで注文したら、ハマりました。

6歳と2歳の子どもも大好き!! 酢の物はイヤがるかな…？ と少々心配でしたが、2人とも1歳代からめちゃ食べています！

桶川市　高田　由香さん

「ポテトチップス」

スナック系の推しパルは、ポテトチップス。油っぽくなく塩味もほど良く、不自然な調味料、香辛料の味がなくおいしいです。レタスサラダに混ぜたり、味薄めのコンソメスープにちらしても合います。

志木市　コパンダ

お問い合せの窓口

●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
＊地域活動室／0120-070-920
（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
https://www.palsystem-saitama.coop

楽しいお便り・イラスト・写真はこちらまで

締め切りは
10月23日（金）

★12月号テーマ「2020年を振り返って」
新型コロナの影響で、様相が一変した今年。振り返って思うことをお寄せください。

テーマの他にもお便り・イラスト・写真などお待ちしています。
下の用紙に記入して、広報課宛に配送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）

「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。

12月号テーマ「2020年を振り返って」（締め切りは10月23日（金））

Quiz

解答

布
球　居
栗

名　前

組合員番号

読者アンケート

10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 新発売!小松菜しょうゆ漬　□商品探訪 これが好き
□理事会レポート　□Letters
□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。）

商品探訪 これが好き

パルシステム山梨の商品開発チーム
「ピーチヴェールやまなし」の開発風景

今月の一品

肌想いの低刺激処方『ピーチヴェール薬用ボディミルク』

株式会社かがやくコスメ
生協事業部　東京営業課
丸山 澄華 さん

肌にやさしい６つのフリー

アレルギーテスト実施済み
（すべての方にアレルギーが起きないわけではありません。）

- 石油系界面活性剤無添加
- アルコール（エタノール）無添加
- 合成香料無添加
- 鉱物油無添加
- パラベン無添加
- 合成着色料無添加

リッチな保湿成分も配合

- ３種のセラミド（※）
- ヒアルロン酸ナトリウム（2）
- スクワラン
- ホホバ油

（※）N-ステアロイルフィトスフィンゴシン
N-ステアロイルジヒドロスフィンゴシン
ヒドロキシステアリルフィトスフィンゴシン

生後6か月以上の赤ちゃんから大人まで使える『ピーチヴェール薬用ボディミルク』、その人気の秘密をお聞きしました。

●組合員の声から生まれました

パルシステム山梨の組合員との共同開発品として、2018年に誕生しました。仕事や育児に忙しい組合員の暮らしを想い、香りや使い心地などを考慮しながら、開発チームが納得するまで試作を重ねて完成した逸品です!

●ピーチヴェールのこだわり

保湿成分として山梨県で採れた桃の葉のエキスを配合し、合成香料を使わず「オレンジ&ラベンダー精油」の香りを選定しました。天然精油のほのかな香りに癒されて、なめらかで伸びのよいボディミルクが乾いた肌をしっかりと保湿します。容器は限られたスペースにも置きやすいスリム型とし、片手でラクに押せて子どもにも扱いやすいポンプタイプを採用しました。

●肌想いの低刺激処方

石油系界面活性剤を使わず、古くから肌のケアに使われてきた桃の葉エキス（保湿成分）と有効成分グリチルリチン酸ジカリウム（肌荒れを防ぎ、皮膚を保護する）を配合し、生後6か月以上の赤ちゃんから全身に使える処方を取り入れました。肌本来のバリア機能の維持に着目し、うるおいのヴェールでやさしく包み込むことで、みずみずしくやわらかな肌に導きます。

『ピーチヴェール薬用ボディミルク』
本体通常価格　250ml　1,400円（税抜）
●次回企画予定　11月4回（素肌時間）

『ピーチヴェール薬用ボディミルク 詰替え』
本体通常価格　200ml　998円（税抜）
●次回企画予定　11月4回（素肌時間）

販売名／薬用ボディミルクPV

次回予告

株式会社 北舘製麺
香りのよさとのど越しにこだわった
『二八そば』

2020年9月30日発行
（発行）生活協同組合パルシステム埼玉
埼玉県蕨市錦町2－10－4
☎048－432－7093

おしえて！パルレシピ

スープのバリエーションを増やしたい！
蓮田市 K・R

ADVICE

食育サポーター
天野 洋子さん

わかめや切り昆布、めかぶ、もずくなどの海藻で代替できます。湿ってしまったのりでも大丈夫です。鶏ササミ、かにかまなどを加えてもおいしいです。

今月のメニュー

春雨とのりの卵スープ

材料（4人分）

水…800cc、えのき茸…50g、春雨…30g、のり…1枚、ねぎ（青い部分）…1/2本、卵…1個、鶏ガラスープの素…小さじ2、ごま…適量、しょうゆ…小さじ2、塩…適量、こしょう…適量、片栗粉…小さじ2、水…小さじ2、ごま油…お好みで

作り方

①ねぎは斜め薄切りにする。
②なべに水を入れ、春雨を入れて火にかける。
③ねぎとえのき茸を加え、鶏ガラスープの素も加える。
④煮立ったら、しょうゆ、塩、こしょうで味をととのえ、水溶き片栗粉を入れて混ぜる。
⑤のりをちぎって入れ、溶き卵を回し入れふんわりとなるよう軽く混ぜ、すぐ火を止める。お好みでごま油を小さじ1/2入れる。
⑥器に盛り、いりごまをちらす。

おすすめの一品

『茹でずに使える緑豆春雨』
15g×8　218円（税抜）
緑豆にばれいしょでんぷんを加えてなめらかな食感に。

5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。
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・活動する組合員で、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。

	布	
球	?	居
	栗	

●締め切り／10月23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

	牧	
山	羊	雲
	歯	

「羊」でした。

羊歯（しだ）：シダ植物の総称。花はなく、胞子によって繁殖するが、特に無性世代の胞子体をさしていう。シノブ・ワラビ・ゼンマイなどがあるが、ウラジロをいうことが多い。

応募総数8月号のQuizの応募総数は281通で278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