

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



3

2021 March

NO.319

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

東日本大震災からまもなく10年
パルシステム埼玉
復興支援の歩み 2

#Follow me!



お知らせ

パルシステム埼玉
公式 Twitter
始めました!



第5回 東日本大震災復興支援助成金 助成先団体の活動報告

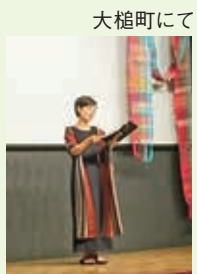
今年度の助成先4団体から、コロナ禍での活動報告が届きました。

被災地に舞台を届け 被災地と繋がり続け隊

コロナ禍でツアー実施が危ぶまれていましたが、直前に陸前高田市は延期したものの、福島市や大槌町は「このような時期だからこそ来ていただき舞台公演をして欲しい」と関係者から声があがり実施しました。演題は「金子みすゞの詩の朗読とお話」出演・谷英美。9月18日夜、19日午後46名、21日午後は大槌町で行なって42名の方が観に来てくれました。多くの公演が中止している中での公演に、感謝の言葉もいただいてホッとしています。



福島公演



大槌町にて

加須ふれあいセンター

今年度は新型コロナウイルス感染症の影響を受け活動が大幅に制限されました。4～5月は食堂部門の休業、6月から新型コロナウイルス感染症防止策を徹底して再開しましたが、人数・売上げ共に半減状態です。また、イベントも10月開催の「タ市交流会」を除いてすべて中止としました。

当センターはスタッフの高齢化もあり今年3月末で活動を終了しますが、特定非営利活動法人NPO埼玉ネットに引き継ぎ、加須市内の新たな場所で「避難者に寄り添う活動」を継続して参ります。

タ市交流会



理事長
富澤トシ子さん

復興支援入間 まごころの会

2年続けて助成金をいただくことができ、昨年は「さんま焼き師」の増員、今年は大船渡市の小学生デザインによる大漁旗を作成し、さんま焼きイベントの会場の盛り上げに一役かう予定でしたが…被災地支援のイベントも全て中止となり本当に残念でした。しかしこの大漁旗は入間市役所ロビーで約半月に渡る展示会をすることができ、これが新聞に取上げられたことで復興支援の機運の醸成だけは続けられました。この機運を来年以降に繋げていきたいと願っています。



ハナミズキのみち
植樹会



大漁旗「おふなトン」

ここカフェ@川越

2012年から「被災された方はどなたでも」という交流会を月1回開催し、専門家による相談会やバスツアーなども行なってきました。しかし今年度はコロナ禍で集まれず、毎月の交流会が中止となり支援物資を届けるアウトリーチが中心となりました。仲間同士で励まし合う交流会が開催できないのは残念ですが、「今回は全国みんなで我慢しているから311よりは辛いよね、強く生きよう」などとSNSでお互い励まし合い、コロナ禍の収束を待ちわびています。



冊子「ぼろろん」
を発行



いちご狩り交流会
(今年度ではありません)

東日本大震災からまもなく10年 パルシステム埼玉復興支援の歩み

未曾有の被害をもたらした東日本大震災から10年が経とうとしています。パルシステム埼玉は、時間の経過とともに被災地への関心を薄れさせまいと「見る、知る、参加する」を掲げ、地震発生直後からさまざまな支援を行なってきました。これまでの支援の輪を振り返り、震災の記憶を次世代へと繋げます。



2016
2016年3月
全国大集会「原発
のない未来へ」



2011
2011年4月
宮城県石巻市で
炊出し



2017
2017年12月
双葉町
クリスマス昼食会



2012
2012年8月
福島の子供も保養
in埼玉



2018
2018年2月
東日本大震災
復興支援助成金



2013
2013年5月
災害時に関する
協定調印式



2019
2019年9月
南三陸
スタディツアー



2014
2014年9月
被災地のあの時を
知り今を見る



2020
2020年9月
南三陸
スタディツアー



2015
2015年8月
平和フェスタ
「浦和レッズ・
被災地支援の話」

主な支援の活動内容

被災地視察

被災地を実際に訪れる「南三陸スタディツアー」。大震災で何が起った今はどうなっているのか、参加した組合員の目や耳を通して直に感じて取ってもらうため、毎年実施しています。

今年度は新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、役職員のみの研修として2020年9月26日(土)～27日(日)に実施されました。

東日本大震災復興支援助成金

パルシステム埼玉が行う社会貢献活動の一つとして2015年に始まった制度です。埼玉県に活動拠点を有し、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と、これから活動を始めようとする団体に対して支援します。

ふたばおしゃべりサロン

福島県双葉町社会福祉協議会「いきいきサポートセンター」(埼玉県加須市)で、2014年からパルシステム埼玉とその他2団体が支援し、双葉町昼食交流会を月1回行なってきました。本交流会は、東日本大震災以降、加須市近辺で避難生活を送る福島県双葉町出身の方同士が、気軽に交流できる場として6年間開催されました。



未来のために、でんき¹を選ぶ 発電産地紹介

パルシステムでんきの契約発電所の中から、東日本大震災の復興のために設立された福島県の「元氣アップつちゆ」と「飯館電力」にお話をうかがいました。



(株)元氣アップつちゆ 小水力発電、地熱発電

東日本大震災による建物への被害と福島第一原発事故の風評被害により観光客が激減。元氣アップつちゆは、この危機的状況からの再生と復興を願い地元団体の出資により誕生しました。



CEO
加藤 貴之 さん

土湯温泉源泉の未利用温泉熱を活用した「地熱バイナリー発電」は年間260万kWhを出力。廃熱の2次活用で「エビの養殖」も展開し、観光地の活性化に寄与しています。



一方、町内を流れる東鴉川の砂防堰堤を活用した「小水力発電」は年間90万kWhを出力。これらの売電収入は地域の高齢者等の生活支援に還元しています。温泉街が壊滅的な打撃を受けて10年。復興・再生の旗印として弊社が担った使命は大きく、再エネ事業や廃屋対策、新ブランドの創出等を展開し全力で走り抜いてきました。今後も「持続可能な観光地域」をつくるべく次の10年へ新たな歩を進めていきたいと思っています。



飯館電力(株) 太陽光発電

飯館電力は再生可能エネルギーの太陽光発電を中心とした事業を展開し、2016年からはソーラーシェアリング(営農型太陽光発電システム)も取り入れ、太陽光発電のパネルの下で育てた牧草を畜産家に提供しています。



取締役
千葉 訓道 さん

飯館村は避難解除から4年目を迎えます。全村避難で失われた自信と尊厳を取り戻すために、太陽光発電所を自力復興の(証)にしよう!との思いをもつ多くの村民が、様々な形(5名の役員、50名以上の出資者、60名以上の地権者、その他施工&保守作業など)で飯館電力に経営参加しています。全員に共通しているのは「自然エネルギーの電気を増やし続けていけば必ず原発が不要になる!」との強い思いです。弊社が発電する電気にはそんな思いが乗っていることを、ぜひ多くの方々に知っていただきたいと思っています。



原発事故はすでに人々の心で風化が進み、(今年は10年の節目)と終了を迫っています。安心安全な電気を選ぶことで被災地支援に繋がっていただけませんか。

理事会レポート

第14期2020年度
第8回理事会
2021年1月27日開催

【議決事項】

- 第1号議案 承認議案取り下げの件
第7回理事会 第1号議案として承認された「2020年度未利用感謝企画の取り組みに伴う予算外経費支出の件」について、新型コロナウイルスの感染拡大(緊急事態宣言の再発出)に伴う供給増加を考慮し、承認された議案を取り下げる事が承認されました。
- 第2号議案 2030年ビジョン(1次案)決定の件
2030年ビジョン(1次案)が承認されました。2月から開催される「第2回エリア別総代会議」やホームページ上で公開される2030年ビジョン(1次案)説明動画において、総代並びに組合員に提案します。
- 第3号議案 2021年度事業活動方針(1次案)決定の件
2021年度事業活動方針(1次案)が承認されました。
- 第4号議案 2021年度業務組織機構決定の件
2021年度業務組織機構について、下記の通り承認されました。

- 事業部(運営課、営業課、共済課、推進課)／組織運営部(組合員活動支援課)／機関連営部(機関連営課、広報課)／総務人事部(総務課、人事課)／財務経理部(財務経理課)／地域活動室／マネジメント推進室
- 第5号議案 「生協役員賠償責任保険」加入申込みの件
2021年度「生協役員賠償責任保険」の加入申込みについて承認されました。
「生協役員賠償責任保険」には2008年より加入していますが、「会社法改正に伴う生協法改正」(2021年3月1日施行予定)を受け、2021年度の加入申し込みより理事会決裁が必要な項目となりました。
- 第6号議案 CO・OP共済新契約事務システム導入における契約書締結の件
CO・OP共済新契約事務システム導入に伴い、「組合員の個人情報等の共同利用に関する契約書」「新契約事務システムに関する契約書」の2つを、日本コープ共済生活協同組合連合会、パルシステム共済生活協同組合連合会、当組合の3者契約で締結することが承認されました。
- 第7号議案 役員選挙管理委員選任の件
役員選挙管理委員会の委員4名(組合員2名、理事1名、職員1名)について承認されました。任期は、第28回通常総代会までとなります。
- 第8号議案 役員選考委員選任の件
役員選考委員会の委員4名(組合員3名、理事1名)について承認されました。任期は、第28回通常総代会までとなります。

監事会 報告

- I. 第8回監事会 1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。
- 期末監査の進め方、スケジュール、役職員ヒアリング方針について協議しました。
- 2021年度監事会予算について協議しました。
- 内部統制システムに係る監査の進め方を協議しました。
- 監事候補者推薦方針について協議しました。
- II. 1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、理事共有会議、地方区推薦委員会(東選出区)、役員の役割説明会
【監査活動】
監事連絡会、代表理事懇談(専務理事、理事セミナー、事業所往査(蔵センター))
【その他の活動・研修等】
埼玉県生協連(監事会・理事会、日本生協連・コープ共済連全国方針検討集会(YouTube)、日本監査役協会・会計基礎講座(Web)、リスクマネジメント講座(Web)、理事研修(Web))

【員外監事の日(続・同一労働同一賃金③)】

郵便業務を担当する正社員と契約社員との間の待遇格差について、複数の項目は「不合理」である。最高裁は、昨年十月の判決で、このような評価をしました。
「不合理」とされた項目は、年末年始勤務手当、年始期間の祝日給、扶養手当、有給の病気休暇、夏期冬期休暇にかかる格差です。最高裁は、これら手当・休暇などの性質・趣旨を見極めて結論を出しました。
これらの項目について待遇格差がある企業は、格差が「不合理」でないか再点検する必要があります。(続)

現在、日本のエネルギー自給率はとても低く、資源のほとんどが石油・石炭・天然ガスなど化石燃料の輸入に依存しています。国内の電源構成は82%が火力発電、3.9%が原子力発電、水力などの再生可能エネルギーは16%※1となっています。組合員の皆さんに電力を供給しているパルシステムでんきは、FIT電気率が業界トップクラス。地球温暖化を食い止める、原発のない社会の実現に向かう選択が求められています。

※1 資源エネルギー庁「電力調査統計結果概要」(2020・8)

再生可能エネルギー

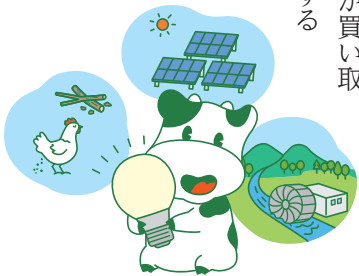
自然由来のエネルギー(太陽光、水力、風力など)。利用しても資源が枯渇せず繰り返し使えます。

FIT電気

固定買取制度により買い取られた再生可能エネルギー源を使って発電された電気のこと。

固定買取制度

再生可能エネルギーで発電された電気を、国が定めている固定価格で一定期間に電力事業者が買い取ることを約束する制度。再生可能エネルギーの普及を目的に制定。



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（P11の用紙に記入して、配送便でご返送ください）。



① パルシステムでは3月中旬から5月までの九州産の玉ねぎを「新玉ねぎ」としてお届け



② 自治体ではあまり回収していない内側が銀色のABパックも回収できます

Q1

野菜や果物が傷んで届きます。点検はどのように行なっていますか？

商品お届けの前日に、産地から原料で入荷したものは、品質を一つ一つ確認しながら、袋詰めしています。産地で袋詰めしたものは、品目の性質や品質状況などに応じて、全量検品または抜き取り検品を行なっています。

お届けする前日に検品を行なっていますが、青果物は収穫後も呼吸などの生理現象を続け、品質劣化や病害が進行しているため、商品お届けまでに急激に傷んでしまうこともあります。

傷みや劣化の進んだ商品がお手元に届いた場合、お手数ですが、パルシステム問合せセンターへお問合せください。

Q2

液体石けん（洗濯用、食器用）の容器のフタが詰まりやすいのはどうしてですか？

フタの詰まりは液体石けんの水分が蒸発して、注ぎ口付近で固まったものです。

液体石けんは固形になるギリギリの濃度に調整されています。そのためフタの部分など空気に触れやすいところでは、水分が蒸発して固まりやすくなっています。時々、フタをはずしてぬるま湯で洗うと詰まりが防げます。

なお、食器用、台所用液体石けんのボトルキャップが壊れてしまった場合は配達担当者または、パルシステム問合せセンター・配送センターにお申し出いただければ交換キャップをお届けできます。

Q3

新玉ねぎを注文しましたが、玉ねぎ同士が当たったような状態で届きました。

新玉ねぎは、北海道などの玉ねぎに比べて瑞々しさがあります。その特徴を活かしてサラダなどに使用することが適しています。ただし、水分含有量が多いことから流通などでの衝撃で「当たり傷」や「押し傷」などが発生しやすい傾向にあります。そのため、収穫後の乾燥（風乾）作業はしっかりと行なってから出荷するように産地と確認しています。しかしながら、収穫期に入る頃（3月～4月）は雨の降る日が続く傾向があり、水分を多く含んだ状態で出荷することになります。結果的に、当たり傷や押し傷などが発生しやすくなっています。

現状では、なるべく雨の日の収穫は避けるように要請し、乾燥させてから出荷することを確認しています。また、乾燥が中途半端になる状態では出荷しないようにも指導しています。（①）

Q4

ABパック（紙パック）の内側のアルミが溶け出すことはないのですか？

アルミは直接内容物にふれていないので、溶け出すことはありません。

パックに使用されているアルミは、光が容器を通して品質が変わるのを防ぎ、密閉性を高めるために使われています。アルミの内側にはポリエチレンの薄膜を重ねておきますので安心してお召し上がりください。（②）

表紙レシピ
すぐそれパルごはん

春野菜でオーロラトrolleyヤー

調理時間40分
生地を寝かせる時間を除く



レシピ集はパルシステム埼玉のホームページでご覧いただけます。



食育サポーター
杉山 真希さん

週末のランチ、おやつにも。中身の具を替えて楽しめますよ！

作り方

材料（4人分）

薄力粉…200g、オリーブオイル…大さじ1、塩…3つまみ、ぬるま湯…100cc、『まどっこ鶏むし鶏』…200g、玉ねぎ…中1個、キャベツ…1/4個、ゆで卵…4個、マヨネーズ…大さじ3、ケチャップ…大さじ2、ウスターソース…小さじ1

- ① 薄力粉、オリーブオイル、塩、ぬるま湯をボウルに入れ、スプーンなどで混ぜる。まとまってきたら、3〜4回こねてひとまとめにする。ラップをして30分常温で寝かせる。
- ② キャベツを千切りにし、玉ねぎはみじん切りにする。『まどっこ鶏むし鶏』はさいてほぐしておく。ゆで卵は、輪切りにする。
- ③ マヨネーズ、ケチャップ、ウスターソースを混ぜ、みじん切りにした玉ねぎを加える。
- ④ 生地を8等分に丸める。台に打ち粉（分量外）をし、手のひらでつぶし、綿棒で丸くのばす（15cm位）。
- ⑤ フライパンを熱し、油をひかず中火で1枚ずつ焼いていく。片面がプツプツと膨らんできたら、ひっくり返し裏面も焼く。
- ⑥ 粗熱が取れたら、キャベツ、『まどっこ鶏むし鶏』、ゆで卵をはさみ、③をかける。



資源循環と
廃棄物の削減のため、
回収にご協力ください



リユース・リサイクル報告

対 象	回収量/数	回収率	対 象	回収量/数	回収率
商品カタログ	160,193kg	59.5% (前月比 -5.9%)	注文用紙	2,882kg	53.7% (前月比 -47.3%)
リユースびん	28,576本	48.7% (前月比 -24.2%)	お料理セットトレイ	984kg	61.7% (前月比 -16.3%)
紙パック類	4,666kg	49.1% (前月比 -13.1%)	産直米米袋	465kg	31.8% (前月比 -9.4%)
プラスチック袋	3,713kg	21.6% (前月比 -3.1%)	たまごパック	7,266kg	64.9% (前月比 -11.9%)
ABパック	865kg	16.1% (前月比 -3.6%)	ペットボトル	2,097kg	41.4% (前月比 -15.8%)

※回収実績（2020年12月）

毎日を豊かに くらしのあれこれ

キャンプスタイル

オートキャンプ



*車ごと乗り入れられるキャンプ

荷物の搬入から撤収までとても楽。ファミリーにもおすすめです。オートキャンプでない場合、サイト(区画)まで荷物を運ぶための往復など、少しハードルが高くなります。

デイキャンプ



*日帰りスタイル

初めてでも手軽にバーベキューなど楽しむことができます。大がかりなキャンプ道具を持っていくなくてもできることがメリット。

グランピング



*「Glamorous(グラマラス)」と「Camping(キャンピング)」を組み合わせた造語

施設にキャンプ用品や食材・食事などがあらかじめ用意されているため、気軽に豪華なキャンプを楽しむことができます。そのため値段が高くなりやすいです。

バンガロー・コテージ



*テントで泊るのが苦手な方はこちら

バンガローはシャワーやトイレ、ベッドといった設備がなく、コテージは、寝室やトイレがあり貸別荘に近い位置づけです。

他にも押さえておきたいコト

電源つきなのか／ペット OK なのか／遊べる場所(アクティビティ)が豊富か／周辺施設の充実度… etc. また、参加スタイルによって持ち物を整理しましょう。

関東圏のおすすめキャンプスポット

②大洗キャンプ場



*オートキャンプ、ウッドキャビン (茨城県東茨城郡大洗町磯浜町8231-4)

車が200台泊まれる大型キャンプ場! 「森林浴の森 日本百選」に選ばれた松林のなかで、好きな場所にテントを張れる「フリーテントサイト」のほか、二段ベッドや冷暖房完備の「ウッドキャビン(要予約)」もあります。近くにスーパーもあるので、買い出しが便利。

①オートキャンプ那珂川ステーション



*オートキャンプ、バンガロー (栃木県芳賀郡茂木町飯野1662-1)

関東随一の清流「那珂川」のほとり、川のせせらぎを聞きながら過ごせます。星空も美しく、絶好のロケーションです。また、カヌーなどのアクティビティがあります。※3月26日より再開予定

※新型コロナウイルス感染症の影響により、受け入れ状況が異なります。詳細は各キャンプ場公式サイトを確認、またはお問合せ窓口まで。

春の足音が聞こえてきましたね。自然の中でゆったり過ごし、非日常的な体験は、大人だけでなく、子どもたちにとってもかけがえのない経験になる事でしょう。…とは言ったものの、準備など考えると大変です。そこで、様々なキャンプの形を知り、自分たちに合ったスタイルで楽しんでみませんか?

今月のテーマ

キャンプ



タラの略で、地域生態系における自然浄化作用の仕組みを人工的に取り入れたものです。飲ませることでお腹の調子を整え、排出物の臭いの軽減につながります。
※1:米ぬかをベースに、生物活性水(BMW)と乳酸菌で発酵させたもの。

飲み水はBMW技術で改善したものを使用。BMWはBIIバクテリア、MIIミネラル、WIIウオーターの略で、地域生態系における自然浄化作用の仕組みを人工的に取り入れたものです。飲ませることでお腹の調子を整え、排出物の臭いの軽減につながります。
※1:米ぬかをベースに、生物活性水(BMW)と乳酸菌で発酵させたもの。

● 飼料・飲水へのこだわり

米沢郷牧場は米沢郷鶏を生産している、山形県・宮城県にあるパルシステムの産直産地です。健康な鶏を育てるため、飼料や飼育環境にこだわり続けています。

● 鶏舎環境の整備

ストレスのかかる環境では、病気にかかりやすくなるなど、健康状態に悪影響を及ぼします。米沢郷牧場では開放型鶏舎を取り入れ、光と風通しを良くし、一坪あたりの飼育密度も一般的な鶏舎よりも10〜15羽ほど少なくしています。



米沢郷牧場 伊藤充孝常務

● 自然(資源)循環型農業を目指して

米沢郷牧場は、40年の歴史で培われた鶏を健康に育てることはもちろんのこと、地域農家との連携も大切にしています。寝床になる敷料は地域農家のもみ殻を使用し、鶏ふんは堆肥に変え、同じく地域農家の田畑に還元することで自然(資源)循環型農業を実践しています。



こだわり続けて40年 米沢郷牧場



【企画紹介】



『米沢郷鶏スパイスーフライドチキン(骨なし)
4枚240g』 648円(税込700円)
3月5回 コトコト・Kinari



『米沢郷鶏モモ肉 430g』
898円(税込970円)
3月4回 コトコト
3月5回 コトコト・Kinari

新型コロナウイルス感染症の影響で、組合員との交流がままならない中、生産者は細心の注意を払って感染症対策を行なっています。生産者同士の接触を避けるため、移動する車を分け、業務連絡はオンラインで行うなど感染予防の対策が徹底されています。米沢郷牧場がこだわり抜いて育てた美味しい『米沢郷鶏』をぜひ、ご賞味ください。

パルシステム埼玉 からのお知らせ

「パルシステム給付型奨学金」 募金への協力をお願い

コロナ禍で増加傾向にある、家庭環境や経済的な理由で大学への進学や就学の継続が困難な若者を対象に、パルシステムグループで2月2回からパルシステム給付型奨学金が始まりました。

募金は通年の受付で、「毎月募金」は「奨学生応援サポーター」として継続的に奨学生を支えていくことができます。

①毎月募金（奨学生応援サポーター）
1口100円 注文番号190454

①いつでも募金
<現金>
1口300円 注文番号190411
1口1000円 注文番号190420
<ポイント>
1口300ポイント 注文番号190438
1口1000ポイント 注文番号190446

募金は、返済不要の「給付型奨学金」として奨学生に給付。また、生活・進路相談の他、精神的サポートを行う伴走支援者も支えます。組合員の皆様のご支援をお願い致します。詳しくはこちらもご覧ください。
<https://www.pal-system.co.jp/about/scholarship/>

楽しいお便り・イラスト・写真はこちらまで

★5月号テーマ「つい買ってしまうもの」

無駄かも…と思いつつもつい手が伸びたり、目が引かれてしまうものってありますか？ ぜひお便りください。

テーマの他にもお便り・イラスト・写真などお待ちしております。

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。インターネットでもご応募できます。詳しくは裏表紙の「応募方法」をご確認ください。

採用させていただいた方に、300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）

300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

*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>



(K)

from
Editor
編集後記

娘は高校入学後からバスケットボールを始めました。背が低くてもできることをと、コートの中で誰よりもたくさん走って動くことにしていると楽しそうに話しています。コロナ禍で、いろいろな制限があるけれど、娘の勇姿を見に、私も1回くらいは試合の応援に行きたいな。

「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。

5月号テーマ「つい買ってしまうもの」

締め切り3月26日(金)

Quiz

解 答



名 前

組合員番号

読者アンケート

3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 復興支援の歩み | ☐ 「選んで変わる」ほんもの実感 |
| ☐ 発産地紹介 | ☐ 毎日を豊かにくらしのあれこれ |
| ☐ 理事会レポート | ☐ Letters |
| ☐ 監事会報告 | ☐ パルシステム埼玉からのお知らせ |
| ☐ パルのことならなんでも聞いて | ☐ おしえて! パルレシピ |
| ☐ すぐそれパルごはん | ☐ クイズ |
| ☐ リユース・リサイクル報告 | |

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。）



さいたま市 美恵子さん

「あすーる」毎月楽しみにしております。レシピの参考やクイズが好きで、頭をひねって漢字クイズを解いています。バナナは孫が好きですが、農業が多いと言われており、心配なところがありました。が安心して食べさせられます。

和光市 ヒロババ

フリートーク

Letters

みなさんからのお便り

採用させていただいた方に、
300ポイントをプレゼントします。



「パルのおかげ」

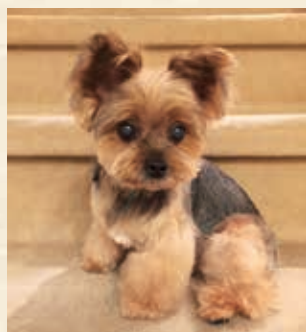
パルシステムを始めてから、ほとんど外食をしなくなりました。自粛なわけではなく美味しいからです！お肉も野菜も魚も家で食べるのが楽しみで、料理がもっと好きになりました。自粛生活もパルのおかげで充実しています。

入間市 まりママ

「パルに出逢えて感謝」

85歳の主人、80歳の私。2階に長男家族がいますが、私はまだ家事ができますので、3回の食事作りを楽しんでいます。今、コロナ禍で買いたい物も心配ですので、毎週献立に合わせパルの注文を楽しんでいます。

川口市 せつちくん



入間郡 ペリーペリ

テーマトーク 「魔法が使えたら…」

「スマホやパソコンを消す…」
スマホやパソコンをこの世から消してみたい。そうしたら、みんな何をして過ごさかな？と見てみたいです。

飯能市 ぷりん

「親の自分を見る」

子どもになって、自分を見てみたいですね。いつも怒ってばかりだから、どんな顔でどんな風に怒っているのか…。

本庄市 こだま

「子と同級生」

只今、反抗期中の自分の子どもと同じ年齢になって、子どもと同じ学校に通ってみたい。どんな子どもになっているのか同級生となり、覗いてみたい。偉そうなことや屁理屈ばかり言っているの、覗いてみたら思わずクスッとして、なんでも許せるかもしれないので…（笑）

吉川市 はむすけ

「もちろん、「コロナをなくす！」

去年はコロナのせいで1年ずっとステイホーム（泣）子どもたちにも我慢をお願いしてきました…。3月には3人目の赤ちゃんも生まれるので、もし魔法が使えたら世界のコロナウイルスを消して、みんなが安心して暮らせる世界にしたいです！

吉川市 じゅんみら

「子育てしていた頃に戻る」

子育ての大変だった時に戻って、もっと笑ったり子どもたちの声や表情にきちんと向き合って、余裕で子育てしたいな…。というのも仕事と3人の子育てで小さい頃がよく思い出せなくて…。

蕨市 コタとソラのママ

「両親に会いたい」

20数年前に亡くなってしまった両親に会い、これまでのことをたくさん話したい。またグッと抱きしめてほしいです。

児玉郡 なおちゃん

「欲張りなものですから…」

1度だけ魔法が使えたら、「1度使える魔法を、2度でお願いします」。

願いが叶ったら、2つ目は「残りの1つの魔法を2度してください」。

これを続けます（汗）

最初から2つでなく、100回にしたらどうなの？と思われるでしょうが、なんかかえって怒られそう、1個ずつが良いです😊

もちろん最初のお願いは「コロナが今年前半には収束しますように！」です。

三郷市 佳史さん

「主人を連れてきたい」

下の子ども（息子）が3歳の時、1年余りの闘病生活の末主人は亡くなりました。ほとんど一緒に遊ぶことができず、記憶もない淋しい思いをした息子。

亡くなって34年。魔法が使えたら、まず主人を連れてきます。子ども達との親子水入らずの時間をたっぷりつとてあげたいと思います。

入間郡 琴



愛犬と話をしてみたい。
川口市 まめばーちゃん



おしえて!

パルレシピ

春の美味しいデザートを
教えてください!

所沢市 A・T

ADVICE

食育サポーター
岡崎 真紀子さん

いちごのピンク色が春らしい、甘酒を使用した優しいデザートです。牛乳のみで作るより、半量を生クリームにすると濃厚なパンナコッタに、また半量を豆乳にするとヘルシーになります。いろいろ試してみてください。

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」に沿った食育活動
を推進する組合員です。今月の
メニュー

甘酒といちごのパンナコッタ

材(4人分)
料

いちご…160g、甘酒…200g、牛乳…200g (このうち 100g を生クリームや豆乳に変えても可)、粉ゼラチン… 10g、オリゴ糖…大さじ 1、飾り用のミントの葉…適宜 (なくても可)

作り方

- ①いちごを洗って水気をふいた後へたを取り、オリゴ糖を加えてフードプロセッサーでソース状にしておく。できあがったら大さじ2を盛り付け用に取り分けておく。
- ②残りのいちごソースと分量の甘酒・牛乳(生クリームや豆乳)

と一緒に鍋に入れて中火で温めながら十分に混ぜる。

- ③沸騰前に火を止め、粉ゼラチンをふり入れ十分に混ぜる。
- ④器に注ぎ分け、冷蔵庫で冷やし固める。固まったら盛り付け用のいちごソースを上からかける。あればミントの葉を飾る。

おすすめの一品

『酪農家の牛乳』
1000ml 228円(税別)
埼玉県や茨城県の酪農家の生乳を使用し、75℃
15秒で殺菌。応募
方法

①パソコン

<https://www.palsystem-saitama.coop/toiawase>

②携帯電話

スマートフォン



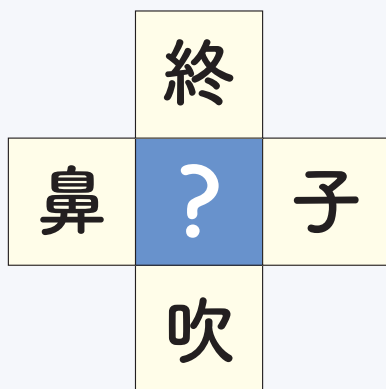
③配送便

お手持ちの封筒(使用済みでも可)に入れて、配送便で
広報課宛にご提出ください。

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。

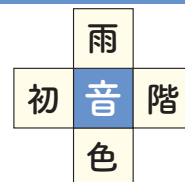


●締め切り/3月26日(金)

●正解者の中から抽選の上、5名様に300ポイントをさしあげます。

●お便り、イラストもお待ちしております。

先月の解答は



「音」でした。

初音(はつね):①鳥や虫の、その年、その季節の最初の鳴き声。特に、鶯の鳴き声にいう。
②源氏物語第23巻の巻名。光源氏、36歳。源氏の年賀回り、新年の六条院の華やぐさまなどを描く。

応募総数 1月号の Quiz の応募総数は647 通で557 通正解でした。

広報課行き

ご提供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。
(利用目的)・あする紙面への掲載・抽選の当落結果の連絡・クイズ当選者用資料送付など