

* 伝え合い活動 依頼の流れ *



①依頼

「伝え合い活動・助け合い活動メニュー提案依頼書(書式 18)」にてお申込みください。



提出期限	伝え合い活動
2ヶ月前まで	PLA、子育てサポーター、食育サポーター
3ヶ月前まで	LPA

②講師の調整

伝え合い活動の事務局が、希望日や依頼内容をもとに、コーディネートします。ただし、お引き受けいただける講師がいない場合や、日程調整が難しい場合は依頼をお断りする場合がございますので、あらかじめご了承ください。

調整後、結果をお伝えし、お引き受けいただいた場合は講師の連絡先をお伝えします。



③依頼成立

依頼成立後、主催者より講師へ連絡を入れ、企画当日までにより詳細な打ち合わせを進めてください。

☑確認事項チェック

- | | |
|---------------------------------------|--|
| ☐ 企画の講座名・内容 | ☐ 日時 |
| ☐ 企画のねらい・目的 | ☐ 開催場所(現地 or オンライン) |
| ☐ 当日のタイムスケジュール | ☐ 参加費 |
| ☐ 派遣時間 | ☐ 当日必要な持ち物 |
| ☐ 参加人数 | |

※より具体的な確認事項については、伝え合い活動により異なりますので、各メニュー提案にて確認をお願いします。ご不明点等ございましたら組織運営部までご連絡ください。

2023 年度 伝え合い活動

PLA（パルシステム・ライフ・アシスタント）



企画をパッケージ化し、依頼しやすくしました！

石けんの基本と自然派お掃除

石けんと合成洗剤のちがいなど、成分や環境への影響、洗浄力など石けんの基本を学びます。

また、石けんを使ったお掃除や、クエン酸や重曹、アルカリウォッシュ、酸素系漂白剤など、パルシステムのお掃除に役立つ商品の使い方についてもお伝えします！



申込方法や他のおすすめ企画は 4 ページへ！

食育サポーター

何はなくともやっぱりお米！

たくさん食べよう！お米料理

年々減少するお米の消費量。
パルシステムのお米をもっと食べて、
日本の食と農を未来へつなげましょう！

そこで、私たち食育サポーターが押し寿司、
巻き寿司、ちらし寿司や炊き込みご飯などの
レシピを提案し、調理やコツをお伝えします！
パパも子どもも大歓迎です♪



持続可能な消費と
生産のパターンを
確保する

申込方法や他のおすすめ企画は 8 ページへ！

おすすめメニュー

LPA（ライフプラン・アドバイザー）



「サラリーマンの妻のかしこい働き方」

主婦の働き方は収入により壁がたくさんあります。社会保険・税金を理解することで自分の場合はどこが壁になるか分かり易くなります。

LPA講座では「乳がん講座」「エンディングノート」等のくらしに関わる情報をわかりやすくお伝えします。また主催者の要望によるリクエスト講座も企画いたします。



サラリーマンの妻のかしこい働き方

～103万円、106万円、130万円、150万円の壁～



2021年度
パルシステム埼玉LPA

申込方法や他のおすすめ企画は 10 ページへ！

子育てサポーター



子育てに奮闘するママ（パパ）をサポートしてください！

子サポのママカフェ

『ママ（パパ）カフェ』は、0歳から2歳の子どもをもつママ（パパ）を対象にした「親子同室企画」。

親子で手遊びや絵本などを楽しんだ後、ママ（パパ）は季節の小物づくりや交流タイムでリフレッシュ！その間、子どもは同室で子育てサポーターとおもちゃで遊んで過ごします。新規地区委員を増やしたい会にもおすすめです！



申込方法や他のおすすめ企画は 6 ページへ！

PLAメニュー提案

パルシステムの商品・取り組みをもっと知りたい…
そんなときは、PLAにお声がけください！



～PLA(パルシステム・ライフ・アシスタント)とは？～

くらしの視点に立ってパルシステム商品の取り組み、ものがたり、こだわりを組合員に伝える活動です。組合員の目線で、同じ組合員にパルシステムの「よかった」ポイントなどを説明します！



石けん・自然派お掃除パッケージ企画

石けん、自然派お掃除企画をパッケージ化し、
企画をやすくしました！
是非下記より1つ選んでご依頼ください！

参加費はすべて
100円！

材料はPLAで
準備！

石けんモニター
※
ご案内も！

◆石けん | 石けんと合成洗剤の違いなど、成分や環境への影響、洗浄力など石けんの基本を学びます。

①

石けんの基本+洗濯編 「石けんを使った洗濯のコツを学ぼう！」

石けんってなに？歴史も交え、成分や環境への影響、洗浄力を学びましょう。
洗濯のコツや洗濯槽のお掃除方法もお伝えします。



②

石けんの基本+親子企画編 「親子で一緒に石けんについて学ぼう！」

石けんを使った実験や、ブラックライトを使って手の洗い残しの確認などを行います。

③

石けんの基本+ヘアケア・スキンケア編 「いろいろなパルの石けんを知ろう！」

パルシステムのハンドソープやボディソープ、シャンプーなどの特徴をお伝えします。
数種類実際に使用して、洗い心地や香りをお試しください。

◆自然派お掃除 | 石けんを使ったお掃除や、クエン酸や重曹、アルカリウォッシュ、酸素系漂白剤の使い方を学びます。

④

自然派お掃除の基本+キッチン掃除編 「自然派お掃除でキッチンまわりをキレイに！」

キッチンまわりのお掃除のコツをお伝えします。クエン酸や重曹など
上手な使い方を学び、気になる汚れを落としましょう。



⑤

自然派お掃除の基本+お風呂・トイレ掃除編 「お風呂やトイレを自然派お掃除でキレイに！」

浴室や洗面所、トイレの気になる汚れを石けんや重曹などのナチュラル洗浄剤
を用いてきれいにしましょう。



- パッケージの申込の際は、依頼内容に番号と内容をご記入ください。
※原則1つのみの選択ですが、複数希望される場合はご相談を承ります。
- 講座時間はご相談ください。1～2時間が通常の時間となります。
- 材料は主催者のご自宅に発送いたします。
(通常、箱サイズは縦・横・高さ合計で100cm以内のものが届きます。)
企画終了後、組織運営部までご返送ください。
- パッケージ企画以外にもお受けしております。年間通してご相談を承りますのでお気軽にご連絡ください。

企画中にモニターアンケートのご案内をします！希望する参加者へ石けん商品のサンプルを提供いたします。

*サンプルは企画ごとに異なる可能性があります。

◆ その他のテーマ こちらは一例です。企画内容についてはご相談ください。

おすすめ 産直米(予約登録米)

お米の消費量が年々減少している今こそ！
パルシステムのお米について、一緒に学んでみませんか？ 産直米の特徴や産地、予約登録米、さらに試食をしながらお米のおいしい炊き方などもお伝えします！



(例) エコ・チャレンジ米、
コア・フード米

産直肉・青果

産直肉の特徴や産地説明、パルシステムの青果の独自基準や、栽培方法など産直青果の特徴を説明します。
(例)こめ豚、ポークウインター、エコ・バナナ

調味料

P B 調味料の原材料や製法のこだわりなどを説明します。
(例) 海はいのち、花見糖、圧搾一番しぼり菜種油、国産丸大豆しょうゆ、便利つゆ

水産

商品の特徴やこだわりや、産地と一緒にこなっている取り組みを説明します。
(野付いくら/ほたて、しらす、恩納もずくなど)

発酵食品

今話題の発酵食品について説明します。特に「みそ」・「ぬか漬け」を中心に、発酵食品のメリット等をお伝えします。

プラスチック削減

プラスチック削減への取り組みやプラ削減マークについてお伝えします。
(例) キャロットさん、産直米の焼きおにぎり

P B 商品

こだわりのある P B 商品の特徴や魅力を説明します。新商品・リニューアル商品も説明できます。(ホットケーキミックス、国産小麦もちり食パンなど)

うなぎ

パルシステムの取り組み「食べて守る」や生態について説明します。お子さまのいる企画なら、絵本「うなぎのうーちゃん」の読み聞かせも行います。

乳製品・たまご

特徴や産地説明、こだわりを説明します。また市販品と比べることで、商品の美味しさをお伝えします。(例) こんせん 72 牛乳、カスタードプリン、産直たまご

◆ おすすめ時期 おすすめ時期以外にもお受けできます！

	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月
石けん・自然派お掃除			6 月環境月間にあわせて！				年末大掃除前に！					
プラ削減			夏休みの自由研究にも！									
産直米（予約登録米）	予約登録米の時期に！						新米の時期に！					
調味料						食欲の秋に！						
乳製品・たまご											たまごの旬の時期に！	
うなぎ			土用の丑の日に！									
発酵食品			ぬか作り時期に！							みそフェスに合わせて！		
産直肉・青果						食欲の秋に！						

◆ 企画の様子



2022 主な活動履歴

- ・産直米（4 月）
- ・梅フェス（5 月）
- ・自然派お掃除（9 月）
- ・有機キウイ・バナナ（10 月）
- ・石けん・自然派お掃除パッケージ企画（11-2 月）

◇ 依頼については、P1 の「伝え合い活動 依頼の流れ」をご確認ください。

◇ P L A は原則 2 名で講師活動を行います。（※企画によって変更する場合もございます。）

子育てサポーター メニュー提案

① ママ（パパ）カフェ **新メンバー募集企画におすすめです！**

『ママ（パパ）カフェ』は、0歳から2歳の子どもをもつママ（パパ）を対象にした「親子同室企画」。親子で手遊びや絵本などを楽しんだ後、ママ（パパ）は季節の小物づくりやカフェタイムでリフレッシュ！その間、子どもは同室で子育てサポーターとおもちゃで遊んで過ごします。（子サポ数名で対応）



ママカフェの流れ

① 子育てサポーターによる手遊び・読み聞かせなど（約 30 分）



② 子育てサポーターといっしょに小物づくりやベビータッチ。小物づくりのときは子どもを他の子育てサポーターが同室で見守ります。（約 30 分）小物づくりに主催者も参加できます。（3 人まで）



③ おしゃべりカフェタイム。（主催者も参加OK♪）子どもは子育てサポーターが同室で見守ります。（約 30 分）

参加者の声

- ・絵本や手遊びなど親子で楽しめました。
- ・しばしの間、子どもを気にせず、製作に集中できてリフレッシュしました。
- ・カフェタイムで同じ子育て中のママとも悩みをしゃべったり先輩ママに相談することができて安心しました。



④ アンケートを記入し、終了。つくった作品は各自お持ち帰り♪

【費用】講師料、講師交通費、材料費は無料です。（会場代・試食代・子サポ備品返却の送料は主催者負担）

【定員・年齢対象】親子 8 組（子どもの人数 8 名まで）、0 歳～2 歳代対象

【会場】親子で遊べるスペースと製作ができるスペースがとれるお部屋をご用意ください。（和室OK）

託児（3 歳以上）をつける場合は、託児用のお部屋も予約してください。

【主催者が準備するもの】

① カフェタイムの試食品（お菓子・飲み物）・試食にともなう備品（皿・カップ等） ※試食は大人のみ

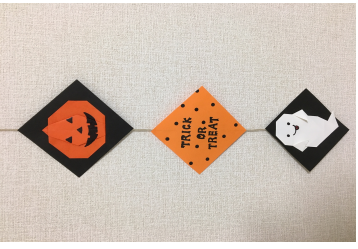
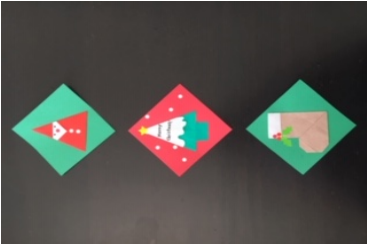
② おもちゃ・シート 1 セット（企画の際、センターから届ける託児用のおもちゃで OK）

※託児をつける場合は、おもちゃ・シートが 2 セット必要となります。

★小物づくりの材料や道具は子サポが準備して数日前に主催担当者へ送るので会場に持ち込んでください。

終わったら宅急便などで送り返してください。（返却の送料は主催者で負担してください。）

【小物づくり等】下記からお選びください。

通年 <u>くるみボタン</u>  くるみボタンを作ってヘアゴムやランチベルトに	通年 <u>手形スタンプ小物</u>  お子さんの手形をうちわやグリーティングカードに	通年 <u>ベビータッチ</u>  なでたりさすったりして心を通わせます。
9～10月 <u>ハロウィン飾り</u>  色画用紙や折紙を切ったりはったり。	11月～12月 <u>クリスマス飾り</u>  色画用紙や折紙を切ったりはったり。	1月～3月 <u>お雛さま</u>  折ったお雛様を台紙にはって。

※作品は例です。季節の製作物は相談に応じます。

【あすーるポケット記入例】

ママカフェ in ○○ ～くるみボタンをつくろう～

親子で手遊びや読み聞かせで楽しんだあとは、子サポに赤ちゃんをみてもらってママはくるみボタンをつくります。最後はお茶とお菓子でほっとひととき

時 間 ○月○日() 10:00～11:30 場 所 ○○○

定 員 親子8組(対象年齢0～2歳代) 参加費 100円

託 児 あり(3才～未就学児) 子どもの同室 可(0才～2才代)

持ち物 お子さんとママの飲み物(水分補給用)、バスタオル(お子さんが寝た時に使用)

その他 ・参加人数とお子さんのなまえと年齢(月齢)を備考欄に必ずご記入ください

・製作とお茶の間は同室で子育てサポーターがお子さんを見守ります。

(心配な方や泣いちゃうお子さんはお手元でもOK)

★子育てサポーターとは★育児中のママを応援する組合員による活動です。

★カフェなし、小物づくりなし、オンラインの対応も可能です。

②親子ふれあいサロン

遊びをとおして親子がふれあえるよう手遊びや体操、絵本読み聞かせ等を行います。(見守りはありません。子サポが1～2人で担当します)

③企画時の0歳児同室サポート

企画を開催する際、託児に預けられない0歳児親子を同室でサポートします。(子ども5人まで)

※アイスブレイクを行ったりママの相談にのることも可能です。

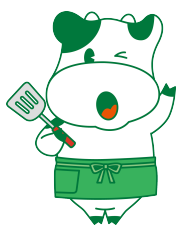
※シートやおもちゃは地区会でご用意ください。

※泣き止まなかったり状況によっては保護者にお返しすることがあります。

※事前に講師や参加者の了承を得てください。必要に応じて講師にマイク使用をお願いしてください。

～依頼は2ヶ月前までに「伝え合い・助け合い活動メニュー提案依頼書」にてお申込みください～

■食育サポーター



パルシステム埼玉の「食育の定義」や
「食育のすすめ」に沿った食の提案を行い、
食育推進のリーダーとして活動しています。

※委員のしおり P6 参照



① たくさん食べよう！

お米料理

押し寿司、巻き寿司、ちらし寿司や手毬寿司、
炊き込みご飯、ビビンバ、リゾットなどを
作ってみませんか？

前年度開催
こいのぼり寿司企画



② みんなで楽しく

手打ち麺づくり

うどんはポリ袋を使ってラクチンでもちもち♡
埼玉名物の肉汁うどんも人気です。
パスタは薄力粉だけでできますよ♪

前年度開催
親子手打ちうどん企画



③ アレンジ色々

ホットケーキミックスレシピ

肉まんは発酵なし！フライパンで簡単！
バナナケーキはデコレーションも追加可能です♡
ビスコッティ、カップケーキ、パンなども。



※親子料理教室としても開催できます。

※①と②の全品と③の肉まんはオンライン開催可能（要相談）

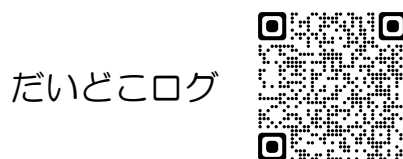
④コツをつかもう！ **お弁当づくり**

見映える詰め方・世代に合わせたお弁当のコツをお伝えします。
おかず、常備菜など。



⑤食育サポーターおすすめ **パルレシピ料理教室**

おもてなし・時短料理など。レシピはパルシステム埼玉ホームページ「パルレシピ」または、生協パルシステムのレシピサイト「だいどころログ」から選べます♪



⑥健康食材盛りだくさん！ **テーマに合わせた料理講習会**

免疫力アップ・生活習慣病予防のほか、離乳食講座、シニア向け講座、初心者や男性を対象にした料理教室など。



⑦四季を楽しむ **行事食・郷土料理講座**

旬の野菜、産直肉を使った伝統食や、地域の食材を生かした郷土料理で食文化を伝えます。

⑧夏休みや休日にどうぞ **親子料理体験**

パン作り、手打ちうどん・パスタの他、カレーやナンピザ、サンドイッチなど。子どもも大人も楽しめます。



⑨身近で簡単♪ **お菓子づくり**

桃白玉やくずもち、おはぎの他、プリンやケーキなど。



オンライン開催こいのぼり寿司企画の様子→



LPA(ライフプラン・アドバイザー)とは??



講座	内容	所要 時間	対象	オン ライン
わが家のライフ プラン	うちの家計はこのままで大丈夫？ 将来の人生プランを考え、家計の流れを把握できるとわ が家の貯め時・使い時がわかります。計画的に賢く備え て、夢ある暮らしを実現しましょう。	2 時間	どなたでも	可
ふるさと納税を 今年から始めた い方へ	所得税を払っている方ならふるさと納税ができます！ 始め方がわからない方必見。税金の 仕組みを知るところから始めてみましょう。	2 時間	どなたでも	可
おこづかい ゲーム 	すごろくゲームを通して楽しみながら金銭感覚を身に付 けることができます。（おこづかい帳のお土産付き！）	2 時間	小学生 （親子参加）	不可
今どきの教育費 A to Z～ 今から知ってお くと安心！	～未就学児・小学生保護者向け～ これからどのように教育費がかかるかを知って、たくさ んかかるという漠然とした不安を解消しましょう。	30 分 1 時間 2 時間	未就学児・小 学生 保護者	可
今どきの教育費 A to Z～ 支援制度や奨学 金を知りたい！	～中・高校生保護者向け～ 最新の国等の支援制度や奨学金、教育ローンについての 情報を中心にお伝えします。	30 分 1 時間 2 時間	中・高校生保 護者向け	可
サラリーマンの 妻のかしい 働き方	主婦の働き方は壁が沢山！ 103 万円、106 万円、130 万円、150 万円。源泉徴 収票の見方を理解することで自分の場合はどこが壁にな るのがわかりやすくなります。	2 時間	サラリーマ ンの妻	可
ベジチェックで あなたの食生活 をチェック！	手のひらをセンサーに約 30 秒あてるだけで、簡単に推 定野菜摂取量が見える化できます。 食習慣改善をサポートします。	30 分	どなたでも	不可

講座	内容	所要時間	対象	オンライン
今！必要な保障内容と保障額	結婚・誕生・進学・転職・退職・相続など・・・ライフイベントや家族の状況に合わせて必要な保障内容と保障額は変化します。これから加入の方もそろそろ見直しの方も、これだけは押さえて無理・無駄のないものを選んでください。	2 時間	どなたでも	可
共済・保険の加入時と受取時の税金を学ぶ	ライフステージに合わせて、共済・保険の税制を理解して、加入・見直しをしていきましょう。知らないと損しますよ！ ※相続についても学びます・・・	2 時間	どなたでも	可
子どもと安全に暮らす3つのポイント	子どもの周りには危険がいっぱい。CO・OP 共済の事故事例から見えてくる情報を基にお伝えします。	30 分～1 時間	小さなお子様がいるご家庭	可
セルフチェック乳がん講座 	女性のかかるガンのトップは「乳がん」。しかし乳がんは自分で見つけることができるガンでもあります。チェック方法を理解し、医療費についても学びましょう。	30 分～1 時間	女性	可
リクエスト講座 (要望により学習会を行います。)	年金、税金、エンディングノート、NISA・iDeCo 等、皆様の要望により相談しながら学習会を企画します。	30 分～2 時間	どなたでも	企画内容により可

*所要時間は、ご相談に応じます。

費用 講師料、講師交通費は無料です。

依頼の流れ

開催日から **3 ヶ月前までに**「伝え合い活動・助け合い活動メニュー提案依頼書（書式 18）」にてお申込みください。（場合によってはお引き受けできない事があります。）依頼が成立した場合は、主催者より L P A に連絡を入れ、打合せをおこなってください（所定のフォーマットを使用いたします）。

- ・【おこづかいゲーム】と【子どもと安全に暮らす 3 つのポイント】以外の企画は講義形式のため、原則として子ども同室は受けられません(0 歳児同室も含みます)。
- ・「サラリーマンの妻のかしこい働き方」はパソコン・プロジェクターを使用します。主催者で手配をしてください。一部の配送センター(熊谷 白岡 草加 三芳)で備品を貸し出しているの、利用することも可能です。但し備品の引取り及び返却は主催者対応でお願いします。詳しくは組織運営部までお問い合わせください。
- ・企画で使用する資料は、主催者宛に事前発送いたします。
- ・あすーるポケットに掲載する際に、メニュー提案の企画タイトルを変更されたい場合は、事前にご相談ください。
- ・小中学校、P T A、各地域サークル等の依頼は、別途ご相談に応じます。
- ・「ベジチェック」は W I - F I を使用します。ばる★てらす、各配送センターのみ開催になります。

オンライン企画対応について

- ・主催者にて機材準備及び配置、操作対応をお願いします。

伝え合い・助け合い活動メニュー提案依頼書

団体名	委員会	担当者名
	地区会	電話番号
	テーマグループ	

依 頼	☐ 食育サポーター ☐ L P A (ライフプラン・アドバイザー) ☐ 子育てサポーター ☐ P L A (パルシステム・ライフ・アシスタント) ☐ 環境委員会 ☐ 平和国際委員会 (希望講座) ☐ カルチャーヘルパー ☐ ()
行事名	
派遣希望日時	第一希望 20 年 月 日 () 時 分～ 時 分 第二希望 20 年 月 日 () 時 分～ 時 分 第三希望 20 年 月 日 () 時 分～ 時 分
場 所	会場 () 最寄り駅 ()
参加予定人数	大人 人 子ども 人
備 考	オンライン企画について ☐ 希望あり * オンライン企画を希望する場合は□にチェックを入れてください。

食育サポーター	依頼数 : 人 ☐ 料理講習会 ☐ 学習会 ☐ 試食調理 ☐ レシピ考案
子育てサポーター	依頼内容 :
L P A	依頼内容 :
P L A	依頼内容 :
カルチャーヘルパー	リスト No. _____ (カルチャーヘルパー名 :) 依頼内容 :

※コーディネート後、主催担当者は講師へ電話連絡を入れ、打ち合わせをしてください。

2023 年度 平和国際委員会メニュー提案



「平和・SDGs・憲法について学ぶ」



■ヒバクシャの話を聞こう

【講師・講演依頼先】しらすぎ会（埼玉県原爆被害者協議会）

【内 容】広島や長崎で被爆された数少ない生存されている方から、おはなしをしていただきます。
講演形式でも座談会形式どちらでも可能です。

＊親子対象ワークシートあり

【講師料】10,000 円（税込） 【交通費】別

＊講師の指名はできません。



■SDGs ワークショップ

【講師】特定非営利活動法人チャイルドファンドジャパン

1995 年よりアジアの貧困層の子供達を支援しています



【内容】支援地域(フィリピン、ネパール、スリランカ)の子供の生活や動画を見て SDGs と関連付けて考えていただくワークショップです。SDGs の 17 の目標について現状を改善する為どのようなことが出来るか考えていきます。SDGs クイズや SDGs カードゲームをすることが出来ます。大人も子供も楽しみながら学べます。

【講師料】6,000 円 【交通費】込み



■憲法カフェ(憲法学習会)

【講師】明日の自由を守る若手弁護士の会（あすわか）所属 弁護士

【内容】憲法について、わかりやすく教えていただけます。

テーマはこちらで決められるので、今知りたいことをお願いできます。

しっかり学ぶ講義形式・気楽なカフェ形式など開催形式も選べます。

【講師料】22,000 円（税別） 【交通費】別

＊講師の指名はできません。

＊パソコン、プロジェクター、スクリーン、マイクなど、何を使うかは講師と相談



※企画内容の詳細や使用機材などは各団体と確認をしてください。

※オンライン開催を希望する場合は、各団体に確認しますので依頼書に具体的な内容を記入してください。

2023 年度平和募金贈呈団体の活動を知る

《シャンティ国際ボランティア会》



カンボジア難民キャンプで教育・文化支援活動を行なっています。一時だけ満たされるものではない、子どもたちが自身の手で未来を創造する力を育むための支援活動を目指しています。図書館の設置、絵本などの図書の出版、人材育成、移動図書館活動の他、校舎がなかったり、教室の絶対数が不足している学校の建設を住民や行政と協力しながら行なっています。

■「絵本を届ける運動」翻訳シール貼り体験

【内 容】支援している国の子どもたちの状況や現地での支援のお話を聞き、現地に送る日本の絵本に翻訳シールを貼る体験を行います。

【講師料】6,000 円 → 30,000 円に変更

【交通費】別

* 絵本 1 冊(3~4 人分)につき 2,500 円(税込)が別途掛かります。



《APLA「アプラ」》



フィリピン・ネグロス島の砂糖キビ農園労働者の自立に向けた 20 年以上の日本ネグロス・キャンペーン委員会の支援経験を、アジアの他地域（東ティモール、インドネシア、日本等）と共有し「農を軸にした地域自立」のために交流や協働の場を創り出しています。

■フェアトレードの取り組み紹介

【内 容】フェアトレードや現地支援についてのお話を聞きます

【講師料】要確認 【交通費】込み

■コーヒーの美味しい淹れ方講座

【内 容】フェアトレードのコーヒー豆を使って美味しいコーヒーの淹れ方を学び、フェアトレードや現地支援についてのお話しも聞けます。お湯やカップの準備が必要です。

【講師料】：¥6,000 【交通費】込み

* 別途コーヒー豆代が掛かります。

《シャプラニール＝市民活動による海外協力の会》



1972年に創立された、特定の宗教、政治、企業、団体には属さない、日本の国際協力NGO。南北問題に象徴される現代社会のさまざまな問題、とりわけ南アジアの貧しい人々の生活上の問題解決に向けた活動を、現地と日本国内で行い、「すべての人々がもつ豊かな可能性が開花する社会の実現」を目指して、活動しています。

■ バングラデシュの伝統「ノクシカタ刺繍作り」体験

【内 容】バングラデシュの独立後に女性の収入向上のため始まったノクシカタ刺繍を体験し、生産者の想いや現地支援の様子のお話を聞きます。「くるみボタン」又は「コースター」から選べます。



【講師料】6,000円 【交通費】込み

【材料費】700円（くるみボタン）、550円（コースター） ＊各1人分の税込金額です。

＊「コースター」は企画時間内での完成は難しいので、残りはご自宅での作成となります。

＊アシスタントの方がつく場合もあります。その際は交通費実費の支払いをお願いします。

■ バングラデシュのカレーを作ろう！

【内 容】バングラデシュのカレーを作りながら現地のお話を聞きます。

【講師料】：¥6,000円 【交通費】込み

＊材料費が別途発生いたします。スパイスセット<5人分・¥730税込>

＊食材は、主催者で用意してください。

＊調理室が必要です。

《パレスチナ子どものキャンペーン》



パレスチナ地域内外を問わず、困難な状況にある子どもたち及びその家族とコミュニティーに対し、教育・保健・福祉・心理・経済面で人道的な支援を行うことを通して、子どもたちの人権を擁護し、パレスチナの人々の自立的な生活向上に貢献しています。日本を含む国際社会におけるパレスチナへの理解を促進し、平和な国際社会の実現に向け、紛争や自然災害の結果発生する難民に対し緊急支援や復興支援などの人道的活動を行なっています。

■ パレスチナのお話を聞こう

【内 容】パレスチナ現地の様子や活動内容、文化紹介等を映像を交えて説明し、皆さんからの質問に答えるお話し会です。親子向け企画として開催も可能です。

【講師料】6,000円 【交通費】込み

＊パソコン・プロジェクター・スクリーンを手配してください。

2023 年度 環境×二ユ一提案

① リユース・リサイクル 回収クイズ

企画とあわせて、リユース・リサイクル回収クイズを行いますか？クイズを通して、参加者へパルシステムの3R活動をお伝え出来ます！ぜひ、ご活用ください。

■提供内容

- ・リユース・リサイクル 回収クイズ
 - ・リユース・リサイクル 回収物セット
 - ・リ・さいくりんぐ商品説明書
 - ・リ・さいくりんぐ水に流せるポケットティッシュ
(古紙 100%、牛乳パック類 60%以上)
- ※在庫がなくなり次第終了となります。
- ※参加者数に見合った数でお申込みください。



■ご利用条件

- ・企画時に参加者へリユース・リサイクル回収クイズを出してください。（企画内容は問いません。）
- ・1地区会（委員会・TG）で年度1回の利用とさせていただきます。

■ 申込方法

- ・イベント開催2ヶ月前までに、メニュー提案依頼書（書式18）を組織運営部までご提出ください。
※主催名、担当者名、企画名、開催場所、開催日、備考欄にサンプル希望数をご記入ください。
※クイズ・ポケットティッシュ等のお渡しは委員会でのお渡しのみとなります。

② 生きもの観察会 講師紹介

自然観察指導員による観察会をお近くで開催しませんか？

街の中の公園など身近な自然でOK！目にする虫や鳥、植物を解説いただける講師の派遣を調整いたします。



■講師例

- ・埼玉県生態系保護協会
※講師料は応相談、交通費は実費

■会場例 過去には以下の場所で開催されています！

- ・別所沼公園、見沼自然の家、川口自然公園、彩湖・道満グリーンパーク、三橋総合公園等

■ 申込方法

- ・メニュー提案依頼書（書式 18）にて組織運営部までお申込みください。
※講師の都合により、お引き受けできないことがあります。

