

【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

pal*system
パルシステム埼玉

組合員とパルシステム埼玉をつなぐ月刊誌

あする



8

NO.348

2023 August

特集

第30回通常総代会報告 ▶ P.2



お知らせ

#Follow
me!

公式Twitterで
さまざまな情報を
つぶやいています



第30回通常総代会報告 みんなの声でよりよいくらしに



6月14日(水)、パレスホテル大宮(さいたま市大宮区)で、第30回通常総代会を開催しました。総代総数367名に対して352名(本人出席79名、書面出席273名)の出席で行われ、5つの議案を審議した結果、すべて賛成多数で可決・承認されました。



「総代会」って？

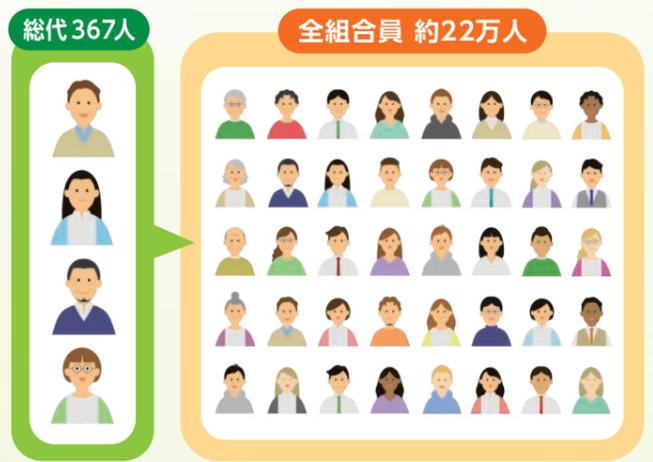
パルシステム埼玉の意思を決定するための最高意思決定機関

年一回、各エリアから選出された総代が出席し、昨年度の事業報告と決算の承認、今年度の事業計画・予算の決定など重要事項の意思決定を行う場です。総代会で決定した年度方針に従って、事業や活動方針は進められます。

「総代」って？

パルシステム埼玉組合員の代表

生協は組合員の意見を受け運営する組織です。しかし22万人を超えるパルシステム埼玉の組合員で意見や要望を出し、話し合うのは現実的ではないため、代表として「総代」を選びます。総代は組合員であれば誰でも立候補ができ、組合員の声を生協の方針に反映させる役割があります。



私たちがみんなを代表します！

総代さんにインタビュー

難しそうと思っていました

組合員として長く利用していました。総代になってみて最初はお話を聞くだけでしたが、ほかの総代の方の話を聞いているうちに、自分でもパルシステム埼玉のことについて考えるようになりました。

1さん(総代7期目)

総代になってよかった

総代のみなさんとお話して交流できるところがいいですね。思っているだけではもったいないです。組合員としての思いを届けられることが総代の魅力だと思います。

パルシステム埼玉 2022年度 事業活動報告より (一部抜粋)



埼玉県内の産直産地「沃土会」での収穫体験!



「生産者と会おう!話そう!聞いてみよう!~2022年度生産者・消費者交流会~」

昨年度も総代会で決まった方針に沿ってさまざまな活動を行いました。

パルシステム埼玉10周年を記念した商品展示会では、1,000名を超える参加者が来場しました。



産地と消費者を結ぶ「公開確認会」をJAおおぞら(石川県)で開催

総代会を終えて

第30回の通常総代会が終了しました。2023年度も総代会の決議にもとづき、事業と活動をしっかり進めていきます。パルシステム埼玉の組合員は22万人を超え総事業高は321億円となりました。組合員一人ひとりにくらしがあり、願いがあります。総代、組合員のみなさんのお声をいただくたびに思いを感じます。その願いを組合員、役員、産地やメーカー、地域の方々と力を合わせて実現していくのが生協です。「コロナ後、くらしや社会にさまざまな不安がありますが、食



パルシステム埼玉 理事長 樋口 民子

や農、環境や平和について学んだり、産地に行くと土に触れ生産者の方々とお話したり、パルシステム埼玉のさまざまな活動に参加してみませんか。くらしの課題ややりたいことも見えてきます。みなさんのご参加をお待ちしています。2023年度もよろしくお願ひします。

第16期理事会 新体制を発表!



第16期役員選挙では、役員選挙の当選人を報告し、新体制が発足しました。

- 代表理事 理事長 樋口民子
 - 代表理事 専務理事 森田康生
 - 《管掌理事》高橋健司(管理管掌理事) 談麗青(組織管掌理事) 大川晋史(事業管掌理事)
 - 《常任理事》苅宿亜基子 長妻さよ子 西内良子 山水磨留美
 - 《理事》河本健太郎 國見淑香 久保田真理子 坂本朋子 佐々木裕子 関本亜希子 専頭喜誉 高木まり 角掛康弘 那賀美奈子 西川正 福本悦子
 - 《監事》池田健司 奥野友佳子 工藤幸代 高野哲好 藤井義博
- 敬称略

第30回総代会レポート

■ 議案内容

第1号議案

- ▶ 2022年度事業活動報告・決算及び剰余金処分案承認の件（監査報告）
2022年度の事業と活動及び決算状況を報告し、剰余金処分案を提案しました。

第2号議案

- ▶ 2023年度事業活動方針・予算決定の件
2023年度にパルシステム埼玉が行う事業と活動の方針、予算を提案しました。

第3号議案

- ▶ 役員報酬限度額決定の件
役員の間年報酬については、下記の総額の範囲とすることを提案しました。
(1) 理事 (21名) 総額 (年額) 7,200万円以内
(2) 監事 (5名) 総額 (年額) 700万円以内

第4号議案

- ▶ 定款改定の件
組合の解散又は合併の議決を行う際の機関手続きとして、総会及び総代会に関する定めについて、厚生労働省の模範定款例に即し、第31条、第72条の文言追加修正を提案しました。
大学生協共済連の解散により、大学生協共済連の短期生命事業がコープ共済連に譲渡されたため、第74条より文言削除修正を提案しました。

第5号議案

- ▶ 役員退任慰労金支給の件
第30回通常総代会をもって任期満了により退任する理事3名、監事1名に対して、退任慰労金を支給することを提案しました。

第16期 役員選挙 (役員改選の件)

※改定後の定款は、埼玉県への認可を受けた後、ホームページで公開します。



▲2023年度事業活動方針

■ 2022年度決算報告

組合員数 222,248人 ▶ 昨年度より3,189人増	出資金 91.0億円 ▶ 昨年度より3.7億円増
総事業高*1 321.5億円 ▶ 前年比98.8%	供給高*2 311.8億円 ▶ 前年比98.6%
経常剰余金*3 7.6億円 ▶ 前年比83.9%	*1 総事業高：すべての事業収入 *2 供給高：組合員にお届けした商品代金の合計 *3 経常剰余金：毎期通常行う事業で得られた剰余金

■ 剰余金処分案

(単位：円)

I 当期末処分剰余金	762,799,897
II 積立金取崩額	
1 統合10周年記念行事積立金	6,558,984
合計	769,358,881
III 当期処分額	
1 法定準備金	350,000,000
2 出資配当金	8,020,270
3 利用分量割戻金	168,741,624
4 任意積立金	
(1) 施設修繕・改築積立金	8,049,802
(2) 事業継続積立金	150,000,000
(3) 市民活動支援積立金	4,000,000
(4) 環境対応積立金	20,000,000
(5) 税効果調整積立金	3,206,264
合計	712,017,960
IV 次期繰越剰余金	57,340,921

▶ 付記事項 出資配当金及び利用分量割戻金は、原則として全額本人への出資金に振替させていただきます。

▶ 2022年度の利用分量割戻率は **0.55%** に決まりました。

▶ 2022年度の出資配当率は **0.10%** に決まりました。

出資配当金は出資額 (加入時の出資金 + 増資) に応じて、利用分量割戻金は1年間の商品利用額に応じて還元します。

理事会レポート

第16期 2023年度 第1回理事会 2023年6月14日開催

【議決事項】

- 第1号議案 第16期 理事長・専務理事・管掌理事及び代表理事選任の件
第16期理事会における理事長・専務理事・管掌理事及び代表理事について、左記の通り承認されました。
代表理事 理事長 樋口 民子
代表理事 専務理事 森田 康生
管掌理事 (管理管掌理事) 高橋 健司
管掌理事 (組織管掌理事) 談 麗青
管掌理事 (事業管掌理事) 大川 晋史

第16期 2023年度 第2回理事会 2023年6月14日開催

【議決事項】

- 第1号議案 第16期 2023年度理事会運営の件
2023年度の理事会日程が承認されました。
- 第2号議案 管掌理事の職務代行順位の件
代表理事に事故ある時の管掌理事の代行順位が承認されました。
- 第3号議案 第16期 常任理事選出の件
第16期常任理事として、4名が指名され、承認されました。
- 第4号議案 第16期 役員人事委員会 委員選任の件
第16期役員人事委員会の委員6名 (理事長、専務理事、理事4名) が承認されました。

第16期 2023年度 第3回理事会 2023年6月28日開催

【議決事項】

- 第5号議案 第16期 役員報酬審議会 委員選任の件
第16期役員報酬審議会の委員7名 (理事3名、監事1名、外部有識者3名) が承認されました。
- 【監事会報告】
第1回監事会にて、監事会議長及び特定監事に藤井義博が選任された旨、報告されました。
- 第1号議案 第16期理事会小委員会の設置及び委員選任の件
第16期理事会の下の小委員会の設置及び委員選任が承認されました。
- 第2号議案 オーストラリアカンガルー鳥視察への理事海外派遣の件
オーストラリアカンガルー鳥視察へ専務理事 森田康生を派遣することが承認されました。
- 第3号議案 「個人情報保護方針」改定の件
第30回通常総代会の役員改選に伴い、個人情報保護方針の一部改定が承認されました。
- 第4号議案 2023年度 理事報酬額決定の件
2023年度理事報酬額が承認されました。
- 第5号議案 役員退任慰労金支給額決定の件
第30回通常総代会をもって退任した理事3名・監事1名の役員退任慰労金の支給額が承認されました。

第16期 2023年度 第4回理事会 2023年6月28日開催

【特別報告】

- 役員人事委員会答申 (理事報酬、役員退任慰労金)
- 【監事会報告】
2023年度監事監査計画、監事への報告体制等について

監事会報告

- 第1回監事会 6月14日開催
監事会議長及び特定監事、役員報酬審議会委員を選定しました。
- 第2回監事会 6月27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。
- 総代会前及び当日の監査報告を行い、総代会後の監査の計画を協議しました。
- 2023年度監事監査計画について協議し、作成しました。
- 監事報酬等について協議し、代表理事に通知しました。
- 事業所往査計画について協議しました。
- 6月の活動報告
- 会議の出席・傍聴
- 第30回通常総代会、定例理事会、常任理事会、理事共有会議、経営会議、役員報酬審議会
- 【監査活動】
監事連絡会、代表理事懇談 (理事長、組合員理事期末ヒアリング)、総代会監査 (前・当日)、総代会書面議決開封立会
- 【その他の活動・研修等】
埼玉県生協連・総会、総会監査、監事会、理事会、グループ監事連絡会議

【員外監事の目 (営業秘密) ③】

「秘密管理性」を営業秘密の要件とする趣旨は、「秘密として管理しようとする対象 (情報の範囲) が従業員等に対して明確化されること」によって、従業員等の予見可能性、ひいては、経済活動の安定性を確保する (経済産業省「営業秘密管理指針」) ことにあります。この要件が満たされるか否かの判断要素は、①情報にアクセスできる者が制限されていること、②情報にアクセスした者に当該情報が営業秘密であることが認識できるようにされていること (二) であると説明されてきました。

(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、なんでもお尋ねください。お待ちしております (P.11の用紙に記入して、配送便でご返送ください)。

Q かぼちゃのカット面に白っぽい粉がついていたり、皮が緑ではなく黄色になっていたりするのは大丈夫ですか？

A かぼちゃのカット面に見られる白い粉は、かぼちゃに含まれるデンプンが切り口の乾燥とともに凝固して現れたものです。とくに品種特性により果肉に含まれるデンプンが多い栗系の品種では白い粉が吹きやすいう傾向があります。デンプンですので、食味に影響はありません。

Q 原材料の「たんぱく加水分解物」が気になるります。

A たんぱく加水分解物は、「食品添加物」ではなく、分類では「食品」になります。「たんぱく」を含んだ原料(肉や魚などの動物性たんぱく質と、大豆や小麦などの植物性たんぱく質があります)を酵素もしくは塩酸で加水分解したもので、主成分はアミノ酸です。「味を調える」ことを目的に使用されます。

Q 出資金について教えてください。

A 出資金は運営資金となる大切なお金です。生協は、組合員が「出資し、利用し、運営」に参加する組織です。組合員一人ひとりが出し合ったお金で、商品の調達や設備・資材を購入し、組合員が商品等を利用することで成り立っています。生協を脱退する場合は、積み立て増資分も含めて全額返還されます。なお、出資金は10000円で、組合員のみなさんに積み立て増資のお願いをしています。

また、かぼちゃは栽培中に実を回転させて太陽光線が均等に当たるように調整します。しかし、地面に接していた部分や、蔓や葉などの陰になっていた部分の皮(果皮)には色むら(緑色ではなく黄色くなる症状)が発生します。

病気により色むらが発生したわけではなく、食味にも影響がないことから、部分的に黄色っぽくなっている症状については出荷基準内としてお届けしています。



かぼちゃの旬は収穫時期の夏ではなく、秋から冬の追熟が進んだころとされています。



人気の「使えるカレー」シリーズも「たんぱく加水分解物」を抜いてリニューアルされた商品です。

同じく調味のために使われるものには、「調味料(アミノ酸等)」と表示されるもの(一般に化学調味料と呼ばれます)がありますが、こちらは「食品」ではなく、「食品添加物」にあたります。

パルシステムのプライベートブランド商品では、素材本来の味を生かすことを基本として、あくまでも味を補う役割に限定してたんぱく加水分解物を使用していますが、「使わないでほしい」という要望を受け、なるべく使用しないよう商品化やリニューアルに取り組んでいます。

出資金には上限があり、パルシステム埼玉の定款で「10000円(100万円)」と定められています。もし上限金額を超えてしまった場合は、必要書類をご提出いただく必要があります。パルシステム埼玉の担当部署より「減資依頼要請」の通知をお届けします。必要事項を記入し出資金を10000円(100万円)以下にお願いします。

現在の出資金額を毎月お届けしている請求書でご確認いただき、上限額を超えないようにご協力ください。

表紙レシピ すぐそれパルごはん



調理時間
15分

材料(4人分)

さば水煮缶(またはツナ缶)：1缶、「産直大豆のめんど豆腐」：1/2パック(好みで増減可)、きゅうり(中)：1本、みょうが：4個、大葉：10枚、ねぎ：適量、しょうが：1片、水：400ml(水を入れるときは減らす)、★【みそ】：大さじ3強、「花見糖」：小さじ1、すりごま：大さじ4〜5、「素材がいきる白だし」：大さじ2、「便利つゆ」：大さじ2

作り方

- 豆腐はキッチンペーパーに包んで軽く水けをしぼっておく。
- きゅうりは薄い小口切り、みょうがは薄い輪切り、大葉は千切り、ねぎは小口切り、しょうがはすりおろす。
- 大きめのボウルにさば水煮缶を汁ごと入れ、身は適当にほぐしておく。
- 水を200ml入れた容器に★の調味料を入れ、みそが溶けるまで混ぜたら、残りの水と③のボウルへ入れ、②も加えて混ぜる。
- ①の豆腐を手でちぎって④に加える。塩気が足りないようなら、塩少々を加えて調整する。
- ごはんにかけてたり、麺類のつけ汁として添える。



食育サポーター
天野 洋子さん

みそにより塩分が異なるので、白だしや便利つゆの量で加減します。水を入れ冷たくする場合には、水の量を50〜100ml減らしてください。



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。



リユース・リサイクル報告

データを見ながらリサイクルのこと、考えてみよう!

対象	回収量/数	回収率
商品カタログ	142,023kg	69.8% (前月比-19.4%)
リユースびん	29,931本	65.6% (前月比-0.4%)
紙パック類	4,964kg	52.2% (前月比-9.3%)
プラスチック袋	3,484kg	21.6% (前月比-4.4%)
ABパック	889kg	13.5% (前月比-6.1%)

対象	回収量/数	回収率
注文用紙	2,841kg	56.6% (前月比-5.4%)
お料理セットトレー	2,163kg	62.6% (前月比-2.5%)
産直米米袋	574kg	40.0% (前月比-12.5%)
たまごパック	6,965kg	62.3% (前月比-13.4%)
ペットボトル	3,099kg	51.9% (前月比-9.8%)

回収実績(2023年5月)

毎日を豊かに

くらしの

あれこれ

今月のテーマ

夏の夜空に咲く花火

空高く舞い上がり、さまざまな色や形で私たちを楽しませてくれる
打ち上げ花火は、夏の夜空を彩ります。

花火大会ごとに異なる見どころも大きな魅力のひとつでしょう。

今月のくらしのあれこれでは、夏の風物詩のひとつ

「打ち上げ花火」の構造、種類、見どころなどをご紹介します!

割物

菊

古くからある日本の体表的な花火で、すーっと星が尾を引きながら放射状に飛び散って、菊花の紋を描き出します。光の色が変化するものを「変化菊」と呼びます。



万華鏡

星をひと握りずつ包んだものを分散させて玉に詰めた新傾向の花火です。包んだ星が開くと同じ色の花弁が放射状に開き、色の光となって万華鏡をのぞいたように見えます。



この他にも、「牡丹」「型物」等があります。

ポカ物

蜂

花火玉が割れたときに、火薬を詰めた星がシュルシュルと回転しながら不規則に飛び回る花火です。その動きはまるで蜂が飛び回っているように見えさせてくれます。



柳

上空から柳の枝が垂れ下がるように光が落ちてくる花火です。最近では尾の先の色に変化する「変化柳」や、色が混ざった「彩色柳」など、いくつもの種類があります。



この他にも、「飛遊星」「花雷」等があります。

花火の基礎知識

打ち上げ花火にはいくつかの種類があります。火薬には「星」と「割薬」の2種類が使われて、「星」は空中で光る火薬、「割薬」は星を勢いよく飛ばすための火薬となります。

中に詰められた星は、花火が上空で開いたときの輪となるので、星を二重に詰めたら二重の輪、三重に詰めれば三重の輪が現れます。

花火玉は作りや仕掛けによって「割物」と「ポカ物」に分類されます。「割物」は花火大会でもっとも多く見られる、玉が破裂したときに星が球状に飛び散る丸い花火のことで、「ポカ物」とは上空でくす玉のようにポカッと割れて、中の星が破裂しながら落ちていくものです。

今月開催予定の花火大会

- 第70回戸田橋花火大会 (戸田橋上流荒川河川敷) 8月5日(土)午後7時~8時半
- さいたま市花火大会(東浦和 大間木公園会場) 8月11日(金・祝)午後7時半~8時半
- 第71回熊谷花火大会(荒川大橋下流側) 8月12日(土)午後7時~9時
- 長瀬船玉まつり(長瀬岩畳周辺) 8月15日(火)午後7時15分~8時45分
- さいたま市花火大会(岩槻文化公園会場) 8月19日(土)午後7時半~8時半

※天候や諸事情により変更・延期・中止となる場合があります。詳細は各自治体のホームページ等でご確認ください。

商品探訪 これが好き*

今月の一品 いちごジャム(プレザーブ)

国産いちごのやさしい甘みが口いっぱいに広がる、パルシステムオリジナル商品「いちごジャム(プレザーブ)」。頬張れば、まるで生の果実のようなさわやかな風味とフレッシュな食感に驚かされます!



デリーフーズ
東京販売株式会社
営業担当
光丸 永援 さん



「いちごジャム(プレザーブ)200g」
通常価格484円(税込) (コトコト、Kinari)

一次処理のこだわり

収穫されたいちごは、産地の近くで長期保管を可能にするため、一次処理を行う工場へ持ち運びます。ヘタ取りは果実の食感が失われないよう、機械処理や刃物を使わず特殊な器具を使いすべて手作業で行います。また、いちごの表面に付着する埃や汚れなどを除去する洗浄工程は、強い水流ではなく非常にやさしいシャワーで洗い流します。どの工程もプレザーブスタイル^(※)にするためのこだわりです。

(※)一定以上の果肉の形が残った状態のジャムのこと。

プレザーブとするための製造工程のこだわり

鍋(調合釜)で、いちごや砂糖などが均一に混ざるように調合し、いちごが潰れないようゆっくりと低圧力で攪拌します。また、殺菌工程は通常の加熱殺菌時間の約1/10で行える超短時間加熱製法「DFCジュール製法[®]」を採用しました。より果実のフレッシュ感や食感がしっかり残るようにしているのもジャムをおいしく食べていただくためのこだわりです。

安全・安心をみなさんへお届けするためのこだわり

殺菌温度まで達したジャムは、充填・キャッピング(キャップ周りの)殺菌・冷却工程を終えると、キャップがしっかりとされ密閉状態が保たれているか「打検検査」を3回行います。この工程では、音叉を用いた検査と同時に、人がキャップ天面を特殊な器具でたたき、しっかりと密閉されたか自分の耳で聞き分けています。これも安全・安心につくられたジャムを組合員のみなさんへお届けするためのこだわりです。

10月号
予告

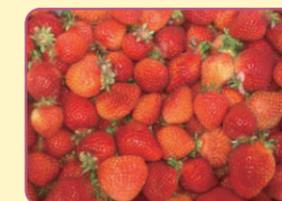
株式会社タケイ

国産にこだわった、おいしい青汁
『熊本県産有機大麦若葉青汁』



製造工程

1 いちご原料受入



2 表面洗浄・ヘタ取り

3 果肉詰め・冷凍保管



4 冷凍原料解凍・選別

5 調合



6 殺菌

7 充填・キャッピング

8 殺菌・冷却

9 打検検査・箱詰め・密閉

楽しいお便り・イラスト・写真はこちらまで

★10月号テーマ「お米」

新米が出始める頃です。みなさんのお米に対するこだわりやエピソードを、ぜひ教えてください!!

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。

インターネットでご応募ください。下の用紙に記入して、広報課宛に配送便でもご返送できます。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)

〒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。
 ※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

●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

締め切りは
 8月18日(金)
 Web:8月20日(日)

300ポイント
 プレゼント♥

知っク!

お知らせ

パルシステム

ご存じですか?
 「あすーる」电子版

毎月みなさんのお手元に届く月刊「あすーる」の电子版をご存じですか? 最新号のクイズやイベントURL、二次元コードをタップするだけで、目的のサイトを見られるようになりました。さらに8月号からクイズやお便りのWeb締め切りが延び、より投稿しやすく♪

バックナンバーはパルシステム埼玉ホームページからご覧いただけます。パソコンやスマートフォンでいつでも読める电子版「あすーる」をご利用ください。



バックナンバーはこちら▶

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。



「パープルクイン」
 パルシステムで一年に一度買える紫の小梅「パープルクイン」。今年も梅シロップにしました! これで暑い夏を乗り切ります。



南埼玉郡 Choco

「元気に育ってね」

共働きで実家も遠く、子どもたちが熱を出した場合はとても困ってしまいます。でも仕事の休みをもらうと、普段あまり一緒に過ごせない子どもたちとゆっくりできて(看病はありますが)、思いのほかほっとしたりします。

「ラッキーパル!」

外出時にパルシステムの配送車を見ると「ラッキーパル!」と呼び、ワクワク嬉しくなります。先日、千葉県香取市に行きました。レンタサイクルで市内を巡っていると、見慣れたウシさんマークの車が停車中。車体は埼玉と同じで「パルシステム千葉」と書かれています。思わず「あ、パルさんだ!」と言ったと、ドライバーさんが振り向きニコリ。県外のパル車のおかげで旅の思い出がひとつ増えました。車体が同じなのは当たり前なのですが、偶然の出会い(当日3回)が嬉しかったです。

ふじみ野市 ミニトマト

テーマトーク
 背筋が凍る話

「ホラー映画?!」

寝る前に廊下の電気もつけずにトイレへ。ドアを閉めるとそこには小さな女の子の姿が…。家の廊下は電気をつけないと薄暗いので、音も立てずに立つ娘を見つけた時は、まるでホラー映画のワンシーンを体験したかのようでした。ちなみに、娘もトイレに行きたかったらしく、待っていただけだったようです。勝手に幽霊だと思っごめね。

川口市 でこぼん

「消えた女性!」

大病院でエレベーターにかけ込もうとしたら、中に40代くらいの女性が一人乗っていて、目の前で扉を閉められた。仕方なく、すぐに「開く」ボタンを押すと扉が開いた。けれどもその女性は乗っていなかった。いったいどこへ行ったのでしょうか? 3年前、病院で体験したゾッとした話です。

行田市 すみっこさん

「娘の昔話」

犬を飼っていて順番で犬の散歩をしていました。娘の当番日、たまたま通った道の片隅にお墓があり、足早にと思ったたら犬が動かず、ふと顔を上げると、お墓の前に白い着物の人が立っていたそうです。怖くて犬を引きずり、夢中で家に帰ってきたようです。皆でゾー、言葉が出ませんでした。

富士見市 ピカコ

「子どものイタズラ」

子どもが3歳の時、自転車の後ろに乗せて走っていたら、2、3名の方々が何やら叫びながら追いかけてきました。不思議に思い自転車を止め振り返ると、追いかけてきた方々の手には私のリュックサックに入っていたはずの財布やスマホ、その他色々が…。(笑)。

子どもがリュックサックをあけて、中の物を投げ捨てていたので!! 全く気が付かなくて背筋が凍りました。そんなイタズラをやらかした子どもは9歳になり、すっかりお兄さんに。私の自転車の後ろに乗るのは卒業しています。

志木市 自転車ママ

「決断」

30年前、当時26歳の娘が入院しました。病名は胸腺腫です。余命3カ月、頭の中が真っ白になりました。抗がん剤、放射線治療等、手を尽くしてくれましたが、残念ながら7カ月目で亡くなりました。ちょうど娘の誕生日、命日となりました。

先生から「まだこの病院で6人しかいないめずらしい病気。ぜひこれからの医療のために解剖させてほしい」と言われ、背筋が凍る話に驚きました。主人と相談し、これから先、医療のために役立つならと伝えました。

時は過ぎ7年前、私も娘と同じ胸腺腫が見つかり手術しました。今年の4月には乳がんが見つかり、治療を受けました。痛みもなく、後遺症もなく、回復も早く、先生も驚いています。娘が守っているこの命、感謝ありがとうございます。

さいたま市 佐代子さん

from Editor
 編集後記

イラストや動画、音楽、音声など何かと話題のAI(人工知能)。数年前では考えられないスピードで進歩しているので驚くばかりです。情報をただ受け入れるだけでなく、自分たちの生活に合うものを見極め、うまく活用できるようにしたいですね。そのためは使ってみるのが一番!

「埼玉県情報」
 コバトンnote
 「埼玉で仕事探し 合同企業説明会」の参加者募集

幅広い世代の求職者を対象とした合同企業説明会を開催します。県内の元気な企業100社が参加します。就職、転職をめざす方、ぜひご参加ください。

【日時】令和5年9月7日(木) 12時~16時
 【場所】大宮ソニックシティ
 【問合せ】埼玉県面接会事務局 (埼玉しごとセンター内) 電話 048-826-15592

「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。

10月号テーマ「お米」 締め切り 8月18日(金) ※Webからは8月20日(日)まで

Quiz
 解答



名前 _____
 組合員番号 _____

読者アンケート

8月号で掲載した内容で、よかった項目に「印」を、いくつか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 第30回通常総代会報告
- 理事会レポート
- 監事報告
- パルのことならなんでも聞いて
- すぐそれパルごはん
- リユース・リサイクル報告
- 商品探訪 これが好き
- 毎日を豊かにくらしのあれこれ
- Letters
- 知っク! パルシステム
- おすすめ パルレシピ
- クイズ

ご意見 _____

お便りだけ記入してもOK

あなたのひと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)

食育サポーターが提案！ パルレシビ

おすすめ



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。

中島 園子さん

「忙しいときには簡単料理で！ 誰かといっしょに食べる「共食」でおいしい楽しい食事を♪」

今月のメニュー 辛くないタコライス

材料(4人分)

- 合びき肉.....400g
- レタス.....4~6枚
- トマト(中).....2個
- チーズ.....適量
- ごはん.....4膳分
- ★・ケチャップ.....大さじ4
- ・ソース.....大さじ4
- ・しょうゆ.....大さじ1
- ・酒.....小さじ2
- ・『花見糖』.....小さじ2



今月の食育
ピクトグラム



みんなで楽しく
食べよう

作り方

- ① トマトは1cm角に切る。レタスは太めの千切りにする。
 - ② フライパンで合びき肉を炒め、火が通ったら★の調味料を加えて、よく混ぜる。
 - ③ 器にご飯を盛り、レタスをのせ、②とトマト、チーズをのせる。
- ※加熱が必要なチーズの場合は、ごはんに②とチーズをのせたあと、電子レンジで加熱してください。

ワンポイント!

辛くないタコライスです。辛くしたい場合は、しょうゆの代わりに、カレー粉やチリパウダーを入れてください。とにかく簡単! 忙しい日のご飯にぴったり。アボカドや卵などをのせてカフェ風にしても。

おすすめの一品

『合びき肉(牛7:豚3)』200g 430円(税込)

牛肉・豚肉とも、産直を主体とした国産肉が原料。パック内を真空に近い状態にするスキンパックでお届け。



応募
方法

① パソコン

<https://web2.mm.pal-system.co.jp/form/pub/saitama/quiz>

② 携帯電話

スマートフォン



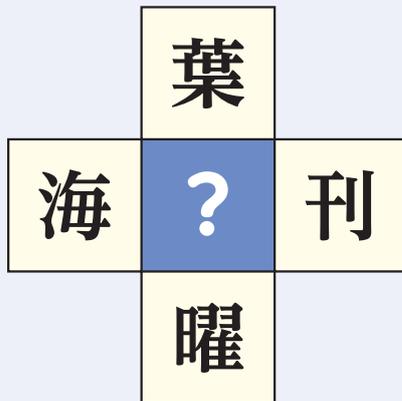
③ 配送便

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

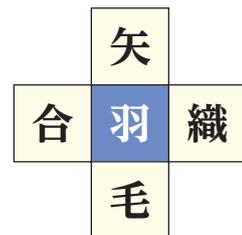
あたまたの体操

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/8月18日(金) ※ Webからは8月20日(日)まで
- 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



羽
でした。

応募総数 6月号のQuizの応募総数は260通で253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いたしません。(利用目的)・あすーる誌面への掲載・抽選の当落結果の連絡・クイズ当選者用資料送付など

