

【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

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

9

NO.349

2023 September



特集

考えよう! 命を守る防災 ▶ P.2

「フードドライブ」にご協力をお願いします ▶ P.4

お知らせ

公式Twitterで
さまざまな情報を
つぶやいています

#Follow
me!



「もしも」の時、どうしたらいいの？

命を守る



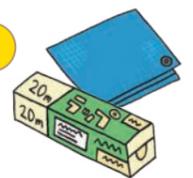
どこにいても命を守ることを最優先に。地震が起きたら、家の中なら家具から離れて丈夫なテーブルや机の下に隠れ、慌てて外へ飛び出さないようにしましょう。

健康を守る



災害時は病院での受診が困難になるかもしれません。病気にかからないよう、マスクや口腔ケアなどの衛生グッズを忘れずに準備しておきましょう。

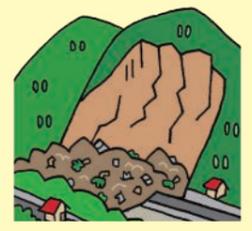
生活を守る



不自由な生活を余儀なくされると、強いストレスに。ラップやレジャーシートなどは汎用性が高いので、生活の不便さを軽減できるでしょう。

台風や土砂災害の時は…

台風の多いこの時季、大雨、洪水、暴風などをもたらす、川の氾濫や土石流、がけ崩れ、地すべりなどが発生しやすくなります。気象庁では、大雨による災害の危険度の高まりを5段階の色分けで地図上に表示する「キキクル（危険度分布）」を公表しています。災害発生の危険を察知し、安全なうちに避難するために、「キキクル」の情報をお役立てください。



キキクル
出典：気象庁ホームページ

地震の時は…

地震の揺れを感じた時や緊急地震速報を見聞きした場合は、何よりもまず身の安全を確保してください。そして、落ち着いてテレビやラジオ、スマートフォンやネット通信機能など、様々な手段を使って正確な情報の把握に努めましょう。



震災時の帰宅行動
出典：内閣府（防災担当）

避難を余儀なくされてしまったら…

ストレスフリーな避難所生活

避難所で生活することになった場合、思いもよらないところでストレスやトラブルが発生します。プライベートな空間が確保できないと、着替えやトイレといった日常の何気ないことが途端にストレスとなり得ます。パーティションや仮設テントで個室を作り、横や上からの視線をカットするだけでもプライバシーが確保できます。簡単に設営や収納ができるワンタッチテントは、家族専用の避難所として使えます。



直面するトイレ問題

できるだけトイレに行く回数を減らそうと、水分や食事を控える傾向になりがちです。その結果、脱水症状のほか、エコノミークラス症候群や脳梗塞、心筋梗塞など、命を落とすリスクが高まるので、注意が必要です。自宅に戻れた場合、トイレは使用する前に排水管をチェックし、異常がある、もしくは不明な場合には簡易トイレを使いましょう。簡易トイレは「1日5回×1週間×家族の人数分」を準備することをおすすめします。

考えよう！ 命を守る防災

1923年9月1日に発生した関東大震災から、今年は100年の節目に当たります。発生が昼食の時間と重なったことから、多くの火災が起きて被害が拡大しました。また、津波、土砂災害なども生じ、多数の人命を失っています。今月は、私たちを脅かす災害に向き合い過去の教訓から未来につなぐ防災について考えてみましょう。



暴風、豪雨、豪雪、洪水、土砂災害、地震、津波、火山噴火などによる災害が発生しやすい日本の国土は、自然災害の割合が高い国です。東日本大震災をはじめとする大地震や超大型台風、異常気象から起こるゲリラ豪雨といった近年頻発する自然災害は、甚大な被害をもたらしています。いつどこで起きるか分からない災害は、ときに「複合災害」や「二次災害」といった事態に陥るおそれがあることを、心に留めておく必要があります。

自然災害大国「日本」



日本に住む私たちは、日頃から「災害をイメージ」してみることが大切です。「生き残るためにはどうすればいいか」を考えることは、「もしも」の時に慌てず、命を守る行動につながります。

「複合災害」とは複数の現象がほぼ同時に生じるか、短期間に立て続けに発生することで起きる災害のことです。事例としては、地震の直後に津波がくることや、風水害から土砂災害が発生するなど、いろいろな災害の組み合わせがあります。複合災害が起これば、被害状況が悪化し復旧に多くの時間を費やします。「二次災害」とは、一次災害をきっかけに被害が連鎖的に発生する災害現象を指します。例えば地震後に発生する火災や停電、水道などのライフラインの寸断や、洪水後の感染症の蔓延などがあげられ、救援隊の被災も二次災害に含まれます。「複合災害」と「二次災害」は似ているものの、複合災害はほぼ同時に災害が発生することを指すため、厳密には異なります。

「複合災害」と「二次災害」



「市民活動支援金」応募団体募集

パルシステム埼玉市民活動支援金は、福祉、環境、まちづくりなどをテーマに、NPOやボランティア等が担うさまざまな市民活動に対し、パルシステム埼玉が地域社会貢献活動の一環として、資金面で支援していく制度です。この度、次期応募団体を募集します。

【募集期間】：9月1日(金)～10月31日(火)

【申込方法】：応募書類の提出が必要です。

詳しくは、パルシステム埼玉ホームページ「市民活動支援金」ページをご確認ください。

【問い合わせ】：地域活動室

0120-58-3388(月～金/9時～17時)



応募から助成までの流れ

9月～10月	応募団体募集	
12月	書類選考	選考の結果は12月末までにご連絡します。
1月	公開選考会	書類選考を通過した団体は公開選考会でプレゼンテーションを行なっていただきます。
	最終選考	助成団体の決定。
3月	贈呈式	助成を受ける団体は贈呈式にご参加ください。

※状況により変更になる場合があります。

2022年度 贈呈式の様子



第16期 2023年度 第4回理事会 2023年7月26日開催

【議決事項】
 ● 第1号議案 2023年度市民活動支援金総額上限額の決定及び第14期市民活動支援金運営委員選任の件
 ● 2023年度市民活動支援金総額の上限額を400万円にすることが承認されました。また、第14期市民活動支援金運営委員に7名が選任されました。

理事会レポート

6月事業報告

組合員数 214,316人 前月比 -799人 (単位:千円)

	実績	前年比	予算比
供給高	2,602,896	100.3%	99.7%
総事業高	2,693,864	100.5%	99.8%
事業総剰余金	699,022	99.7%	100.3%
経常剰余金	9,524	10.3%	—

※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

※6月営業日 2022年度:22日 2023年度:22日

監事会報告

- 第3回監事会 7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30回通常総代会に係る監査の実施報告の事前協議をしました。
 - 監査法人との関係について協議しました。
- II. 7月の活動報告
- 【会議の出席・傍聴】
 定例理事会、常任理事会、理事政策会議、理事共有化会議、経営会議
- 【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(コンプライアンス研修)、有識者理事懇談、総代会後の監査、事業所往査(白岡C)、委員長会議、西部エリア委員会
- 【その他の活動・研修等】
 埼玉県生協連(監事会、理事会)、グループ監事研修会、グループ理事研修、埼玉県生協連(役員員研修会、日本監査役協会(新任監査役等)のための基礎講座)

【員外監事の目(営業秘密④)】

情報にアクセスできる者を制限していなかったら、その情報は「秘密管理性」が認められないのでしょつうか。このような場合に、ただちに秘密管理性を否定することは合理的とは言えません。なぜなら、小規模の事業所などでは、各従業員が業務遂行に当たって顧客情報を自由に使用する必要性が高い場合があるからです。裁判例は、必要な秘密管理措置の程度について、企業の規模、業態、従業員の職務、情報の性質その他の事情を複眼的に見て、総合的に判断している傾向があります。(続)

— 自宅で気軽に食品ロス削減&社会貢献 — 「フードドライブ」にご協力をお願いします

日本の食品ロス量は、年間約523万トン、そのうち約244万トン*が家庭から出ています。食品ロスを削減し、食べ物を必要としている方へ活用されるよう、今年度もフードドライブを実施します。

*環境省食品ロスポータルサイト 食品ロス量(令和3年度推計値)より



自宅からも参加できる 社会貢献「フードドライブ」

「フードドライブ」とは、ご家庭で余っている食品を集め、フードバンクへ寄付し、福祉施設や支援団体を通して、生活に困窮している方へお届けする活動です。

パルシステム埼玉では、年2回、自宅にいなから食品ロスの削減・社会貢献できる活動として、配達時のフードドライブを実施しています。「食品を無駄にしたいくない」「誰かの役に立ちたい」という気持ちがこの取り組みの第一歩です。ご家庭で眠っている食品がありましたら、ぜひフードドライブに参加しませんか。

「フードドライブ」にご協力ください 実施期間：9月4日(月)～9月15日(金)
 提出方法：商品配達時に、配達担当へお渡しください。
 ※不在の際は、フードドライブの商品とわかるようメモといっしょにご提出ください。

ご寄付いただきたい食品

- 穀類(お米、麺類、小麦粉など)
- 保存食品(缶詰、びん詰など)
- インスタント食品、レトルト食品
- 飲料(ジュース、コーヒー、お茶など)
- ギフトパック(お歳暮、お中元など)
- 調味料各種、食用油
- 乾物(ふりかけ、お茶漬、のりなど)
- お菓子(お子様向け)

※パルシステムの商品でなくてもOKです。

受付できないもの

- 賞味期限が明記されていないもの
- 賞味期限が2カ月をきっているもの
- 生鮮食品・冷凍食品
- 開封されているもの
- 破損しているもの
- アルコール類

2022年度配達時のフードドライブで寄せられた食品の総重量 **1,536kg**



たくさんの寄付をいただきありがとうございました!

仕分けボランティア募集

NPO法人フードバンク埼玉に集まった支援物資の仕分けなどを行うボランティアを募っています。参加は1日だけ、1回だけでもOK! 開催日程などの詳細は下記問合せ先までご連絡ください。

日時：隔週木曜日 ①10:30～12:00 ②13:30～15:00

場所：埼玉県勤労者福祉センター(ときわ会館)4階
さいたま市浦和区常盤6-4-21

問合せ：パルシステム埼玉 地域活動室 0120-58-3388
(月～金 9:00～17:00)



エコ＊タイムズ

わかりやすく楽しく「エコ」についてお伝えします。
みなさんが回収に出した資源のその先を追跡します！

一緒に資源循環型社会をめざしましょう！

資源循環型の社会をめざし、パルシステムでは環境に配慮した商品の利用やリユース・リサイクル品の回収に取り組んでいます。

パルシステムのロゴが入ったモールドパック（紙素材）のたまごパックは、通気性がよく、輸送中の衝撃を弱める効果の高い特徴があります。破れてしまっ

ても大丈夫なので、汚れた部分を切り取ってそのまま通い箱に入れてお戻しください。一度溶かして作り直されているものをお届けするので衛生的です。

リサイクルすることまで考えられた“たまごパック”だからこそ、毎回パルシステムに戻して資源の循環にぜひご協力ください。



たまごパックの リユース・リサイクル

まる
わかり!

START

1 選別・圧縮



パルシステムの杉戸リサイクルセンターで異物除去後、圧縮されて「ペール」と呼ばれる固まりに。

2 溶解



新聞や雑誌などの古紙を混ぜ合わせて、原料として再利用されます。

3 成型・乾燥



溶解して粘土状になった原料をたまごパックの型を用いて成型し乾燥します。

4 再出荷



乾燥させた後再び出荷され、6個入り、10個入りの商品となって組合員に届きます。

6個入りや10個入りの
たまごパックに



回収の
お約束



回収はパルシステムの
ロゴが入ったパックに
限ります。



FILE-9

潜入! 配送センター

わが町の

特別編



所在地
埼玉県さいたま市
浦和区東仲町10-7
従業員数
8人（2023年6月現在）

県内の市民団体と
連携しながら
幅広い支援を
しています。

世代を超えた多くの人々が集うコミュニティの中心・拠点として、組合員はもとより、地域の方にも広く利用いただけるパルシステム埼玉の組合員活動施設です。

組合員活動施設
「ぱる★てらす」

今回は特別編として、組合員活動施設「ぱる★てらす」をお届けします。「ぱる★てらす」って、どんなところ？どんな人たちが働いているの？知られざる施設をご紹介します。



ここが自慢!

建物の2面がガラス張り
で自然光だけでも明るい
施設です。



「調理室」調理実習や石けん学習会などで使用されます。



「多目的室」ヨガや体操、上映会など用途はさまざま。



「ぱる★てらす」施設長/
地域活動室室長 石川 誠

われらがエースたち

「ぱる★てらす」で働く、名物職員をご紹介します。

室長からひと言

親子ふれあいサロンの
企画を毎週考えてくれて
感謝しています!

スタッフ
栗山 由紀子（勤務歴7年）



室長からひと言

休日のマラソンで鍛えられた
体は、仕事でも持久力を
発揮してくれています。

地域活動室主任
佐藤 威（勤務歴15年）



お子さんたちのかわいい笑顔に
癒されています!

常に笑顔を心掛けて!!

「ぱる★てらす」では毎週金曜日10時から11時30分、出入り自由でどなたでも参加できる「親子ふれあいサロン」を開催しています。親子あそびの講師を招いて、親子でいっしょに楽しめるたくさんのあそびをしています。お越しの方や講師も、みんなが楽しめるサロンをめざしています。



クリスマス会での1枚。予約制でイベントを開催することも♪

入協して15年が経過しました。今年から地域活動室に着任となり、新しい業務を習得中です。プライベートではマラソンやトレイルランニング、登山を趣味としており、目標を定めて自身にチャレンジしています。



5月に開催された100マイル山岳レースでのスタート場面です（右端が私です）。

このコーナーは今回で最終回です。ご愛読ありがとうございました。

楽しいお便り・イラスト・写真はこちらまで

★11月号テーマ「好きな時間帯」

みなさんは1日のなかで1番好きな時間帯をどのように過ごしていらっしゃいますか？ お便りお待ちしております。

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。

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)

締め切りは
9月22日(金)
Web:9月24日(日)

300ポイント
プレゼント♥

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
- 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

知っトク! お知らせ
パルシステム

「SDGs×ピース」ウィーク

7月31日(月)から8月4日(金)まで、「SDGs×ピース」ウィークとして、「原爆の図」の複製パネルの展示や、平和や環境をテーマに各種企画を開催しました。「埼玉県SDGsパートナー」登録1周年の節目に、SDGs実現に向け一歩を踏み出すことを組合員や地域住民へ呼びかけました。各企画の開催の様子は特設ページで紹介しています。



特設ページ

「幸せをかみしめ、終活」
5年前に夫が他界し、ひとり暮らしを続けていた私も7月10日に88才の誕生日を迎え、米寿となりました。家族で近くの小料理屋にて、おいしいお料理と心づくしのプレゼント。曾孫(5才)までも折り紙などで、鶴や鎖のレイを作ってくれました。幸せをかみしめる1日でした。
今後の余生は1日1日を大切に、家族にも他人にもなるべく迷惑をかけずに過ごすこと、毎日を明るく楽しくと心掛けること、これが私の終活です。

東松山市 久子さん



所沢市 りなさん

「夏風邪をひいた」
夏風邪を何年ぶりかで引き込んで、なかなか回復しない体調に、もどかしさや体力の衰えを感じました。しかし、ゆったりと過ごすしかない時をいただいたと心を切り替えると、あらためて主人の優しさや普段の生活のありがたさに浸ることができました。

さいたま市 菜の花

「つながり」
パルシステムにお世話になり3年余り。退職してのんびりしていましたが、「あすーる」を読んだり、毎週配達してくださる方とのつながりが、まだまだ社会とのつながりを実感します。働く人を今度は応援できてうれしいです。みんなガンバレ。

入間郡 Kママ

「漢字が出てこなく」
私は手書き世代と想っていたけれど、最近簡単な漢字も書けなくて悲しくなる。7月号の漢字クイズ、難しかったのは私だけでしょうか。

さいたま市 絵ハガキ大好き

テーマトーク
人付き合いの「ツ」

「コミュニケーションと気持ち」

「ツ」と言えるのかわかりませんが、人付き合いには「コミュニケーション」が大切だと思います。しかし注意したいのは、会話の中で質問する時、自分の価値観や興味本位で一方的としない事です。相手が話してくれた範囲で質問しながら話を聴く事ができると、自然と会話が弾みます。そこから自分のことも織り交ぜると、より距離も縮まると感じます。さらには口調やトーン、表情などからも相手の気持ちを感じられるよう観察する事も、大切にしています。言葉にも気をつけますが、相手を想う気持ちは自然と言葉に表れるので、まずは気持ちなのだと思っています。

さいたま市 黄色いキリン

「互いの様子を知らせ合う」

退職してから習い事を始めて15年近く。気の合う人とはグループを作って、季節ごとのレクリエーションを計画して、楽しい付き合いをしています。「コロナ禍の時も電話をして、お互いの様子を知らせ合っていました。これからも続けていきたいです。」

所沢市 みくえ

「相手への配慮」

相手に対して、こちらからはプライベートなことは聞かないようにこころがけ、相手の話にしっかり耳を傾けるようにしています。

さいたま市 きりん

「自然にまかせる」

夫が転勤族だったので、2年に一度、引っ越しをしていました。引っ越しのない方から「転勤したら、頑張ってる、すぐにお友達を作るんでしょ?」と聞かれましたが、私も同じ会社の奥さんも「そうでもないよ」という返事でした。自分の周りを見ても、はじめから、あまりガツガツ行く方は、無理をするのか、後々うまく行かない感じがしていました。社宅だったので、顔を合わせる機会もあり、自然にまかせていると、波長の合う人同士で友達になりました。

さて、今の私は、夫の定年に伴い50代で最後の引っ越しをしました。もう社宅でもない一般のマンションなので、知り合いはいませんが、お友達と呼べる方は作れていません。ここに意見を書ける立場でもありませんでした。反省…。

ふじみ野市 しなもん

「下の名前を呼ぶ」

快適な暮らしには、ご近所付き合いほど大切なものはないですね。ご近所のママ友にも恵まれて本当に有り難いと思っています。ママ友は「〇〇ちゃんママ」と呼び合うことが多いのですが、私はあえて、ママの下の名前を呼ぶようにしてきました。すでに子どもたちは成人してすっかり大人となった今、自然に自分たちの名前を呼び合っています!でもでも、「親しき仲にも礼儀あり」と、いつも心にとめてあります。これからもご近所のみなさんと仲良く年を重ねていきたいです。

さいたま市 キャサリン

「埼玉県情報」
コバトnote
子どもスマイルネット」に相談してみませんか?
子どもスマイルネットは埼玉県内の電話相談窓口です。
学校や友達、家族のことなどで悩んでいるお子さんからの相談はもちろん、保護者の方からの子育て相談も受けています。匿名で大丈夫。秘密は守ります。
【電話】048-822-7007
【時間】毎日10時半～18時(祝日・12/29～1/3を除く)

「定款改定のお知らせ」
第30回通常総代会で承認された定款改定について、埼玉県から認可されましたことを報告いたします。
改定後の定款は、パルシステム埼玉ホームページでご確認いただけますが、紙でご希望される方は、機関運営部までご連絡ください。
電話 0120-985-058
※月～金／9時～17時30分

「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。

11月号テーマ「好きな時間帯」 (締め切り 9月22日(金) ※Webからは9月24日(日)まで)

Quiz 解答

一		
学	卵	
	憎	

名前 _____
組合員番号 _____

読者アンケート

9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。

<input type="checkbox"/> 特集 考えよう! 命を守る防災	<input type="checkbox"/> リユース・リサイクル報告
<input type="checkbox"/> 「フードドライブ」にご協力をお願いします	<input type="checkbox"/> 潜入! わが町の配送センター
<input type="checkbox"/> 理事会レポート	<input type="checkbox"/> エコ・タイムズ
<input type="checkbox"/> 監事会報告	<input type="checkbox"/> Letters
<input type="checkbox"/> パルのことならなんでも聞いて	<input type="checkbox"/> 知っトク! パルシステム
<input type="checkbox"/> すぐそれパルごはん	<input type="checkbox"/> おすすめ パルレシピ
	<input type="checkbox"/> 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。

天野 洋子さん

「肉と野菜とチーズが合わさり、一品で栄養バランスがとれたスピード朝食になります。朝食をしっかり食べましょう。」

今月のメニュー 野菜たっぷり肉みそのせチーズトースト



今月の食育
ピクトグラム



朝ごはんを
食べよう

材料(4人分)

- 豚ひき肉 200g
 - しょうが(みじん切り) 大さじ1/2
 - 干しいたけ(中) 3枚
 - 野菜 合わせて400g程度(☆は必ず入れる)
 - ☆玉ねぎ(大) 1/2個
 - ☆人参 1/3本
 - ☆ピーマン 1~2個
 - その他ある野菜で可
 - 『压榨一番しぼりごま油』 大さじ1
 - 酒 大さじ1
- 調味料★
- ・しょうゆ 大さじ1
 - ・みそ 大さじ2と1/2
 - ・[花見糖] 大さじ1と1/2
 - ・[鶏ガラスープの素] 小さじ1
 - ・豆板醤 小さじ1(お好みで)
- しいたけの戻し汁 大さじ1
 - 水溶き片栗粉 適量
 - 食パン 4枚
 - シュレットチーズ 適量

作り方

- 干しいたけは水で戻しておく。しょうがはみじん切り、野菜はすべて粗みじん切りにする。
- フライパンにごま油を入れ、中火でしょうがを炒める。軽く火が通ったらひき肉を入れ、酒を振りかけてポロポロになるまで炒める。
- ②に①を加えて全体を混ぜ、しいたけの戻し汁を入れたら、ふたをして蒸し焼きにする。
- 野菜に火が通ったら★の調味料を加え、中火~弱火で全体がまとまってくるまで加熱する。

- 水溶き片栗粉でとろみの調整したら、火を止める(冷めると固くなるので、ここではまとまっていればOK)。
- 食パンに⑤を厚さ5mmほど塗り、シュレットチーズをのせてオーブントースターで溶けるまで加熱する。焼き上がりにパセリのみじん切りを散らしてもよい。

おすすめの一品

『压榨一番しぼりごま油』
200g 451円(税込)

生搾りごま油と香り高く苦みの少ない間接熱風焙煎ごま油をブレンド。圧力だけでしぼっています。



ワンポイント!

常備菜として作っておけばパンにごはんにうどんにと応用がききます。残り野菜の消費にも便利!

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



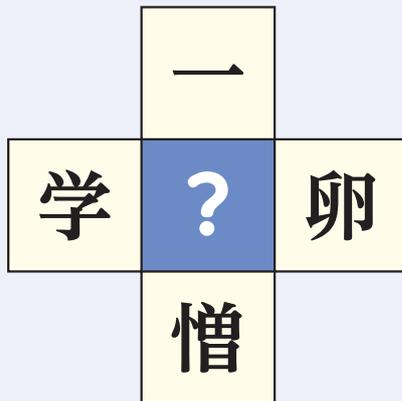
③ 配送便

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

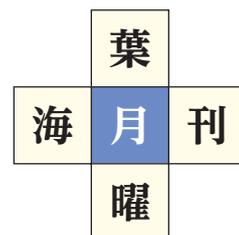
あたまの体操

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/9月22日(金) ※Webからは9月24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



月
でした。

応募総数 7月号のQuizの応募総数は294通で283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

