

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	子育てサポーター、食育サポーター
3ヶ月前まで	PLA、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もございますので、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。

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！

- 参加費はすべて100円！
- 石けん材料はPLAが準備！

調理企画などで食器を洗う機会があれば実演でお掃除のコツもお伝えします！

①石けん・自然派お掃除

◆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！」 |
| 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！」 |
| 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！」 |



◆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！」 |
| 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！」 |



- 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。
- 材料は主催者のご自宅に発送する場合がございます。企画終了後、組織運営部までご返送ください。
(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。)



石けんモニター

企画中にモニターアンケートのご案内をします！希望する場合、主催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。

②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、一緒に学びませんか？産直米の特徴や産地、予約登録米、おいしいご飯の炊き方のコツなど、お米の魅力についてたっぷりとお伝えします！

(例)

- ◆お米の現状
- ◆パルシステムの産直米について
- ◆環境保全型の米作り
- ◆予約登録米のお話
- ◆おいしいごはんの炊き方のコツ



もっといい明日へ
お米で
超えてく

③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、栽培方法などの特徴を説明します。

(例)

- ◆日本のこめ豚
- ◆ポークウインナー
- ◆エコ・バナナ
- ◆産直四原則、国際産直の説明



④うなぎ 6～7月頃がおすすめ！

パルシステムの取り組み「食べながら守る」についてや、資源回復に取り組む産直産地についてもお伝えします。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。

(例)

- ◆大隅産うなぎ蒲焼
- ◆うなぎの現状、資源回復の取り組み



⑤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、
- ◆こんせんプレーンヨーグルト
- ◆産直たまご



⑥PB商品

こだわりのあるPB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。

※メニュー提案依頼書に、聞いてみたい商品名を必ず具体的に
ご記入ください。

(例)

- ◆産直小麦のホットケーキミックス
- ◆国産小麦もちり食パン など
- ◆「商品づくりの7つの約束」の説明



⑦水産

お魚を焼くだけ、温めるだけでも食べられる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について説明します。

(例)

- ◆野付いくら/ほたて
- ◆しらす
- ◆恩納もずく



⑧調味料

PB調味料の原材料や製法のこだわり、基礎調味料「さしすせそ」を学びます。

(例)

- ◆海はいのち
- ◆花見糖
- ◆圧搾一番しぼり菜種油
- ◆便利つゆ
- ◆白だし



⑨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。

(例)

- ◆産直大豆のみぞ



⑩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
- ◆お料理セット



◇ 過去の学習会のスケジュール例 ※時間配分、内容はご相談に応じます。

テーマ① 石けん+自然派お掃除 (90分)

講座時間	内容
5分	挨拶・PLAとは
20分	とろとろクリーム石けん作り・塗布【実践】
15分	石けんの取り組みのお話
20分	自然派お掃除のお話
15分	石けんを使った洗濯のコツ【実践】
15分	質疑応答・終了

テーマ② 産直米 (90分)

講座時間	内容
5分	挨拶・PLAとは
30分	お米の現状、パルシステムの産直米、予約登録米制度のお話
15分	お米の食べ比べ、ごはんのおとも【試食】
15分	おいしいご飯の炊き方のコツ、ごはんのおとも商品説明
10分	「お米で超えてく」取り組みの説明
15分	質疑応答・終了

◇ PLAを依頼するにあたりお願いごと

◇ 依頼については、「伝え合い活動 依頼の流れ」のページをご確認ください。

◇ 企画予定日の3か月前までに、書式18「伝え合い活動メニュー提案依頼書」が組織運営部まで届くようにお申込ください。

※商品テーマ(番号と具体的な内容・商品名)、開催希望日、会場、PLAの依頼時間を必ずご記入ください。

◇ 開催希望日は必ず第3希望まで記入してください。

◇ PLA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。

◇ 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。

◇ 依頼成立後、主催担当者はPLAへ連絡を入れ、打合せを進めてください。

その際、依頼成立メールに添付されているPLA企画チェックシートを指定の期日までにPLAまで必ずご提出ください。

◇ 試食品や材料の手配は主催者で準備をお願いします。※石けん材料のみ、PLAが準備します。

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ヶ月前の5日までに**「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。ぱる★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。

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、3 歳未満の子どもをもつママ(パパ)を対象とする「親子同室企画」です。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(子育てサポーター数名で対応)。



ママカフェの流れ

1企画 ①～④
約1時間30分

※時間配分は目安です、ご希望に応じてプログラムは変更可能です。

小物づくりなし、カフェタイムなし、オンラインの対応も可能です。

※小物づくりとカフェでは、同室で子育てサポーターが子どもをサポートします。

※会場設営、受付、開始・終了のあいさつ、試食の提供は主催者が担当してください。

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

約 30 分 小物づくりには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

約 30 分 子どもは子育てサポーターが同室でサポートします。主催者もママたちと交流しましょう♡



～ 参加者の声 ～

-  小物づくりもできて、他のママたちとお話できて楽しかったです。
-  少しでも子どもと離れて温かいお茶を飲んでリフレッシュできた。
-  他のどの子育てイベントよりも楽しく、安心して参加することができ、いつも参加して良かったなと思います。

④ アンケートを記入し終了。作った作品は各自お持ち帰り♪

【費用】主催者の支出は、会場代・試食代・子育てサポーター企画備品の返送料。

子育てサポーター講師料・交通費、小物づくりの材料費は、運営費からの支出は不要です。

【定員・対象年齢】親子 8 組(子どもの人数 8 名まで)。対象年齢 3 歳未満。

【会場】親子で遊べるスペースと小物づくりができるスペースがとれる試食可の部屋(和室可)。

託児(3 歳以上)をつける場合は、託児用の部屋も用意してください。

【主催者が準備するもの】あするポケット掲載申込み、託児がある場合はキッズヘルパー依頼。

カフェタイムの試食品(お菓子・飲み物)、試食用備品(皿・カップ等)。 ※試食は大人のみ。

おもちゃ・シート 1 セット(委員会所有の託児用おもちゃで可)。

※託児をつける場合は、おもちゃ・シートが 2 セット必要になります。



【小物づくり等】下記からお選びください

通年 くすみボタン



くすみボタンを作ってランチベルトやヘアゴムに

通年 手形スタンプ小物



お子さんの手形・足形をうちわやカードに

通年 ベビータッチ



なでたりさすったりして心を通わせます

9月～10月 ハロウィン飾り



色画用紙や折り紙・ペットボトルで作ります

11月～12月 クリスマス飾り



色画用紙や折り紙で作ります

1月～2月 おひなさま飾り



折り紙のおひな様を台紙に貼って

★ 作品は例です。季節の小物づくりは相談に応じます。

★ 小物づくりの材料や道具は、子育てサポーターが準備し、企画の数日前までに主催担当者へ送るので、会場に持ち込んでください。終了後、宅配便等で組織運営部に返送してください(返送料は主催者が負担)。

【あすーるポケット記載例】

子サポのママカフェ in●●●

～3歳未満のお子さんとママ、手形うちわをつくりましょう♪～

親子で手遊びや読み聞かせで楽しんだあとは、子サポに子どもをみてもらってママは手形うちわをデコレートします。最後はお茶とお菓子でリフレッシュ！

日時 *月*日(*)10:00～11:30	場所 ***公民館 和室
定員 親子 8組(対象年齢 3歳未満)	参加費 200円
託児 有(3歳以上未就学児)	子どもの同室 可(3歳未満)
持ち物 ママとお子さんの飲み物(水分補給用)、バスタオル(お子さんが寝たときに使用)	
その他 参加全員の名前とお子さんの月齢を必ず記入してください。 3歳以上のお子さんは同室できません。託児をお申し込みください。 小物づくりとカフェタイムでは、子育てサポーターが同室でお子さんをサポートします。 “子育てサポーター(子サポ)”とは、孤立しがちな育児中のママ・パパを応援する活動をしている組合員です。	

2. 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。

- 0歳児 5名まで。
調理企画は 2名まで。
- シートやおもちゃはこちらで用意し、企画の数日前までに主催担当者に送ります。
- 泣き止まないなど、状況によってはお子さんを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に同室サポートの了承を得てください。
必要に応じて講師にマイクの使用をお願いしてください。



～企画開催日の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～

■食育サポーターメニュー提案



食育サポーターとは・・・
 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。



＜食育サポーターへの依頼の方法＞

依頼の方法は □料理講習会(①) □試食調理(②) □レシピ考案(③) のどれかとなります。

(①・②については ③も一緒に依頼することが可能です。)

①の依頼は、まず下記講座番号(1)～(7)の中からお選びください。

②又は③のみ の依頼も対応できる範囲内でお受けいたします。

そして、どの依頼も必ず！依頼内容欄に詳しく「希望の企画内容」をご記入ください！

講座番号・講座名	内容	参加者 対象	オンライン 対応
(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、ピビンバ、米粉の料理などを 作ってみませんか？ 	大人、 子ども	可
(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♪ 	大人、 子ども	可
(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。 	大人、 子ども	肉まん のみ可

←2022 年度
オンライン開催
こいのぼり寿司企画の様子

←2023 年度開催
親子手打ちうどん企画

←2022 年度開催
手作り肉まんを作ろ
う！企画

(4)コツをつかもう！ お弁当づくり 	見映えする詰め方・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。  ←2023 年度開催 頑張らない毎日のお弁当作り企画	大人、 子ども (要相談)	要相談
(5)食育サポーターおすすめ あすーる掲載レシピが習えます！ 	月刊あすーるに掲載している食サポ考案レシピ★ おもてなし・時短料理など工夫を凝らしたレシピがたくさんあります！ 食サポから実際に習う事が出来ますよ♪  ←過去のアスーるレシピはこちらから！	大人	要相談
(6)健康食材盛りだくさん！ テーマに合わせた料理講習会 	例えば、、 ・免疫力アップ、生活習慣病予防 ・シニア向け講座 ・初心者や男性を対象にした料理教室 ・行事食 ・郷土料理講座 ・お菓子づくり ・お酒に合うおつまみなど。	大人 ※（内容によって対象者を限定したのもあります）	不可
(7)夏休みや休日にどうぞ 親子料理体験 	手打ちうどん・パスタの他、カレーやナンピザ、パン作りなど。子どもも大人も楽しめます。	大人、 子ども	要相談

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 地区会 テーマグループ	担当者名
	電話番号

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 ☐ 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
開催形態	☐ 会場 ☐ ハイブリット（会場＋オンライン） ☐ オンライン

☐ 講座番号もしくは講座名 []	
☐ カルチャーヘルパー名 []	
《食育サポーターチェック欄》	
☐ 料理講習会 ☐ 試食調理 ☐ レシピ考案	依頼人数（ ）名
《依頼内容詳細》	

※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。

記入例

伝え合い・助け合い活動メニュー提案依頼書

食育サポーターの場合

□講座番号もしくは講座名: (2)みんなで楽しく手打ち麺づくり

《食育サポーター依頼はこちらをチェック》

■料理講習会 □試食調理 □レシピ考案 依頼人数(2)名

《依頼内容詳細》

夏休みに親子で手打ちうどんの料理講習会をお願いしたいです。

埼玉名物の肉汁うどんぜひお願いします。

PLA の場合

□講座番号もしくは講座名: ⑥ PB 商品

《依頼内容詳細》

「商品づくりの7つの約束」をはじめ、パルシステムの PB 商品のなかでも、「産直小麦のホットケーキミックス」「産直たまごのふわふわスープ」「鮭ほぐし」についての説明が聞きたいです。

LPA の場合

□講座番号もしくは講座名: リクエスト講座「新 NISA って何？」

《依頼内容詳細》

新 NISA の概要や変更点をわかりやすく説明してください。

今すべきことに迷っている方に向けて、講義をお願いします。

子育てサポーターの場合

□講座番号もしくは講座名: ママパパカフェ

《依頼内容詳細》

祝日開催のため、パパの参加も受け入れたいと思います。小物づくりは手形スタンプを希望しますが、季節に合ったお勧めがありましたらご提案ください。

2024 年度 平和・国際委員会メニュー提案

「平和・憲法について学ぶ」

《しらさぎ会（埼玉県原爆被害者協議会）》



■ヒバクシャの話を聞こう

【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。

※アンケート（感想）の提出が必須となります・主催者でご用意
お願い致します。

【講師料】10,000 円（税込） 【交通費】別

* 講師の指名はできません。



《明日の自由を守る若手弁護士の会（あすわか）所属 弁護士》

■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。

2024 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》



シャンティ国際ボランティア会
Shanti Volunteer Assoc.

子どもたちへの本を通じた教育文化支援、国内外の災害や紛争後の緊急人道支援を行っています。シャンティは本に触れる文化づくりと、教育の質の向上を目指しています。そのために、4つの軸となる「1.学ぶための本や教材」、「2.学びを届ける人」、「3.安心して学べる場所」、「4.学びと出会うための活動」を大切に、教育文化支援活動に取り組んでいます。

■ 「絵本を届ける運動」 翻訳絵本づくり体験

【内 容】職員が活動地の様子のお話をさせていただいた後に、皆さんと一緒に翻訳絵本づくりを行います。翻訳シールを貼る体験を行います。

【講師料】6,000 円

【交通費】込

※絵本 1 冊(3~4 人分)につき 3,000 円(非課税)が別途、絵本返送料が掛かります。



《シャプラニール=市民活動による海外協力の会》



SHAPLANEER

「取り残さない、その小さな声を。」をモットーに、バングラデシュ、ネパール、日本で貧困のない社会の実現を目指し、50 年以上に渡って活動を続ける国際協力 NGO です。児童労働の予防と削減、地域での防災・減災支援、災害時の緊急救援、日本における多文化共生の取り組み、フェアトレードなどの活動に取り組んでいます。

■ 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

【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。

*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。

《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。

■カカオ豆からつくる手作りチョコレートワークショップ

【内 容】民衆交易のカカオ豆（インドネシア・パプア州産）を使用したチョコレート作りを通して、カカオの産地や生産者について学びます。調理室での開催をお願いします。約 120 分。

【講師料】5,000 円 【交通費】別

※別途、材料費として参加者 1 人あたり 500 円が掛かります。1 か月に 1 回開催。
重複の場合、先着となります。



■コーヒーの美味しい淹れ方講座

【内 容】民衆交易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、生産者や現地での活動についてのお話も聞けます。お湯やカップの準備が必要です。約 120 分。

【講師料】：¥5,000 【交通費】別

※別途、材料費として参加者 1 人あたり 300 円、ならびにコーヒーを淹れる道具の送料の実費（約 3,000 円）が掛かります。

■フィリピンバナナについて DVD 上映会&学習会

【内 容】一般のスーパーで売られているフィリピンバナナの現状を報告する DVD『甘いバナナの苦い現実』（NPO 法人 PARC 製作）の上映。上映後にはパルスシステムで販売されているフィリピン産バランゴンバナナの国際産直の取組みについても説明し、フィリピンから届くバナナの全貌を学びます。90～120 分。

【講師料】¥5,000 【交通費】別



《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、文化紹介等を映像に交えて説明し、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】別

*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。

2024 年度 環境×二ユ一提案

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、この機会にご活用ください♪

■提供内容

- ・リユース・リサイクル 回収クイズ + リ・さいくりんぐ商品説明書
・リユース・リサイクル 回収物セット

- ・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。

