

# 横浜南エリアニュース

栄区 港南区 南区 保土ヶ谷区 旭区  
戸塚区 金沢区 磯子区 中区 西区

# かもめ



発行:横浜南エリア

◆横浜南エリアブログ <http://palsystem-kanagawayume.lekumo.biz/yume02/>

◆横浜南エリアのメンバーを随時募集しています。〈商品購入だけ〉から一歩ふみ出しませんか？

【エリアニュース・メンバー募集のお問い合わせ】パルシステム神奈川ゆめコース エリア活動課 (045-470-6863、月～金 10～17時)



## ■仲間と楽しく、地区くらぶでスタート！

「ご近所のママ友みんなで定期的に気軽に集まれる場がほしい」「親子で一緒にいろいろな体験をして子どもの成長を感じたい」「子育てと家事の合間に、たまにはお子さん抜きで息抜きをしたい」…

そんなあなたにぴったりなのがパルシステムの組合員活動「地区くらぶ」です。

組合員活動とは、暮らしをよくした



い、仲間と何かをしたいという組合員が自分たちの暮らし作りを目指して、パルシステムがそれを様々な面で応援するものです。

〈商品購入だけ〉から組合員活動に一歩ふみ出ませんか？ 仲間とのつながりが生まれ、自分の可能性を発見できます！

地区くらぶは、組合員活動の中でも

気軽に始められる、地域に密着した活動です。組合員が3人集まればすぐに「地区くらぶ」が出来ます。毎月1回、好きな場所で楽しくミーティング。その際にはパルシステム商品を試食できます。年1回のイベントは、お茶会、お料理、季節のクラフトなど好きな内容でOK。

みなさんが楽しく自主的に活動できるように、各地域の施設や配送センターなどの施設利用、募集広報、講師の手配、活動に必要な費用の補助など、全面的にサポートします。上記のエリア活動課までお気軽にお問い合わせください。(SR)

■暑さ対策 ～環境を意識して～  
パルシステムの「環境キャンペーン」。今月もメンバーが実践している地球環境を意識した暑さ対策をご紹介します。

**網戸洗い** 本格的な夏が来る前に、カラリと晴れた日のお昼に網戸洗い。目に詰まったホコリや汚れを石鹼水とたわしでザッザッと優しくこすります。心地良い涼風がスーと家の中まで入ってきます。気のせいではありません。(TK)

**梅シロップ** 手作り梅シロップで、さっぱりドリンク、シャリシャリかき氷。これが我が家の美味しい暑さ対策。家族皆の汗を抑え、涼しいおやつタイムを作ってくれます。コ

## ■8月おしゃべり会のご案内

横浜南エリアでは、楽しくおしゃべり・商品の試食をしながら地区くらぶやエリア活動の説明をする「おしゃべり会」を開催しています。次回は8月2日(木)。「えびピラフのちらし寿司」の試食付きです。簡単驚きのレシピとお料理テクをご紹介します。参加は無料。お子さんの同伴もOKです。調理・試食しながら商品や暮らしのこと、気軽にお話しませんか。上記のエリア活動課までお気軽にお問い合わせください。(SR)



ア・フードの梅を使うと体に優しいのが、よりの層嬉しい！(IR)

**梅干し&梅サワー** ご近所でたくさん青梅をいただいたので、梅干しと梅サワーを作りました。梅干しは袋に入れて漬けるので意外と簡単。ソーダで割って飲んだり、料理に使ったり、色々活用して暑い夏を乗り越えようと思います！(SS)

**麺のお弁当** この季節、さっぱりサラッと食べられる「麺」のお弁当が我が子に好評です。麺、トッピング、濃いめのつゆを用意。水筒でキンキンに冷えた飲み水を麺にちょっぴり注いでから食べます。食べ残しが減り、調理時間の短縮にも。(IR)

## 横浜南エリアの おすすめ！



産直たまご(白玉)  
10個(MS~LL)