



春の足あと ●●←みそ玉

今年も、平塚地区くらぶママの休日では、1月下旬の地区くらぶミーティングで**手作りみそ**を仕込みました。毎年、パルシステムの交流産地、宮城県 **JA みどりの大豆**を使っています。もちろん、「種みそ」も昨年仕込んだ西湘・県西エリアのみそ（こちらも美味！）。企画で繋がった組合員の方が「ぜひ手作りみそに挑戦したい」と参加し、新たに地区くらぶメンバーに加わったことも、昨年と同じ。**みそづくりは仲間づくり**、こうじが時間をかけてみそを醸していくように、人の輪と和をひろげたいなと思いました。（木こりの女房）



センターからこんにちわ！

初めまして 伊藤瞭介（いとうりょうすけ）と申します。
私がパルシステムで働こうと思ったのは、人と話すのが好きだった事と、**組合員の皆さんの笑顔が見たい**と思ったからです。
入社してまだ半年ですが、皆さんとたくさんお話をしながら頑張りますので、よろしくお願ひします。

“私のイチオシ商品”は「**こんせん72牛乳**」です。飲み口がサラッとしていて飲みやすく、**おいしさ抜群**です。

皆さんからの“おススメ”があったら今度教えてくださいね。



組合員活動みんなのブログから
エリアブログ『はあと to はあと』



<https://palsystem-kanagawayume.lekumo.biz/yume09>

集団一時保育すまいる キッズメイト登録説明会のお知らせ

保護者が組合員活動などに参加している間、お子さんをお預かりする活動の説明会です。

♪5/14(火)・17(金) ふらっとパル茅ヶ崎

♪5月中旬 新横浜本部

詳細は、4月発行の
weekly どリーむぺいじに
掲載予定です。



初体験♪指ヨガ&眼ヨガ

「スイーツでティータイム」開催報告

2月8日（金）ひらつか市民活動センターにておしゃべり会を開催しました。

さぼねっと講師による「指ヨガ・眼ヨガ」は全員が初体験。ヨガは呼吸が大切！おなかの底まで息を入れて、吐く方をゆっくり…息を吐きながらそれに合わせて動作を行います。

二人組になって行った指ヨガは少人数だったため講師がやり方や力加減を丁寧に教えてくれました。指ヨガ・眼ヨガが終わった後は**みんなスッキリ★**「早速家でやってみよう」「旦那にやってあげよう」とみなさん嬉しそうでした♪

そしてお待ちかねのスイーツタイム☆**パルシステムの冷凍ケーキ**はどれも「おいしい！」と好評で、笑顔いっぱいおなかいっぱいになりました。（も）



リユースびんは洗って乾かしてパルシステムへ。**毎週回収**しています！！

リユースびん 12月回収率 47.6%

カタログや紙パックも回収しています♪