



「試食・試供品いっぱいのパルゆめ展」

11月24日にパシフィコ横浜で「パルゆめつなごう展」が行われました。

ヨーグルトや卵、こめ豚などカタログでお馴染みの商品やお正月商品の試食、高齢者体験、自転車を漕いでの発電体験など盛りだくさんです。また、お蕎麦やジャムなど格安で購入できるブースもありました。エリア活動紹介のブースでは、各エリアのエリアニュースを元にしたクイズを行い、たくさんの方に来ていただきました。



まだ「パルゆめつなごう展」に行ったことのない皆さん、来年は是非ペコペコのお腹とエコバッグ持参で横浜まで足を伸ばしてみてください。《S☆》

「どうしよう！思春期」～開催報告～

10月25日(木)相模原市民会館にて、mana レインボー 松尾直子さんを講師による「どうしよう！思春期」講座を開催しました。思春期の特徴の説明から、自分らしさを大切にしながら、社会と繋がる子どもを育てるアドバイスを話していただきました。

思春期に入った子どもへの接し方については、どうしても干渉しがちになりますが、お互いの



気持ちを尊重して話を聞く事や、共感の言葉で感情整理の手助けをすることが大切と教わりました。

なるほど！と実践的な声のかけ方のポイントもアドバイスしていただいたので、少しずつ実践して、思春期を大変な時期と思わずに、子供とじっくりと向き合える時期だと思って過ごそうと思いました。YOKO

～みつけたパルシステムのこだわり～

お料理セット

国産のお肉とカットされた野菜、化学調味料不使用の調味料をセットした「お料理セット」はレシピを見ながら調理するだけ。

今回は『ケーキサレセット』を作ってみました。

野菜は洗浄され、カット済みなのでそのまま使えます。

ホットケーキミックスと混ぜる前に

一部、炒める野菜もありましたが、レシピ通りに混ぜて焼くだけで子供にも好評でした♪

お料理セットは、他にも種類があり、作ったことがないメニューでも簡単に作る事が出来ます。

仕事から帰って来てからの夕飯作りも、少し楽になりました。Amy*

