

横浜南エリアニュース

パルシステム大好きな組合員が作る
同じ組合員のみなさんのためのニュース
2025年11月号 2025.11/10

かもめ



pal*system

パルシステム神奈川

発行：横浜南エリア



スマホ版ブログ

◆横浜南エリアブログ YUME☆かもめ <https://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！ palkana-yokohamaminami@pal.or.jp

【お問合せ】パルシステム神奈川 横浜南センター営業所 0120-581-909 月-金 9-19時

元気な一日の始まりに エリアメンバーおすすめ朝ごはん

常備して心にゆとりを♪

朝ごはんや習い事の前に、パパッと手軽に食べられる『肉巻きおにぎり』が我が家で人気です。濃いめの味付けが食欲をそそるお味です。とても美味しいので「食べなさい！」と何度も声をかける必要もなく、自ら進んで食べてくれるのでとても助かっています。常備しておく、時間的にも気持ち的にもゆとりが持てるのでオススメです。(SM)



その日の気分や好みで味変

プチプチとした食感で食物繊維も摂れる『国産もち麦』入りのご飯と、大豆の味がしっかりたのしめる『たれ・からしなし北海道産低温熟成納豆』がおすすめ。納豆は塩、しょうゆ、オクラ、もずくなど、その日の気分や好みで味付けを変えていただきます。3歳半になった娘は、納豆にトマトとオクラ、しょうゆ、ごま油を混ぜたものがお気に入りです。(NA)



商品購入だけじゃないパルシステム 組合員活動のご案内

パルシステム神奈川の組合員活動「エリア活動」と「地区くらぶ」をご紹介します。

「エリア活動」は県内約10箇所の地域ごとのグループで、パルシステム組合員どうしの交流や商品についての学びあいの活動を行うものです。※裏面でより詳しくご案内しています。

「地区くらぶ」は組合員3名以上のグループでやりたいことを、パルシステムが応援する仕組みです。

横浜南エリアと、地区くらぶ「パンbrié（ブリエ）」(下記記事)では、随時メンバーを募集しています。上記連絡先までお気軽にお問い合わせください。新しい仲間を心からお待ちしています。(SR)

楽しく美味しい情報交換 地区くらぶパンbriéのご案内

横浜南エリアの金沢地区くらぶ「パンbrié（ブリエ）」は、昨年7月に横浜南エリアが主催したパン作り企画をきっかけに誕生しました。名前のbriéは昔のノルマンディー地方の言葉で「こねる」という意味があります。「楽しく美味しい情報交

換」がテーマです。月に一度、横浜南センター調理室(写真)にて、季節の食材を取り入れながらいろいろなパンや美味しいものを作っています。パン作りの資格を持つエリアメンバーを中心に、楽しく活動しています。



第26回／ 市民活動応援プログラム

賛助金カンパで共感できる団体を 応援しませんか？

市民活動応援プログラムは、神奈川県内で活動するNPO法人や市民活動団体を資金面で応援する制度です。みなさん一人ひとりの力が、地域を、人を、元気にします！



／詳細・申込はこちら／



パルシステムは 商品購入だけじゃ もったいない!



横浜南エリアからのメッセージ

エリアニュース読者のみなさん、こんにちは。
毎月の「横浜南エリアニュース かもめ」を
制作・発行している横浜南エリアです。
私たちは、みなさんと同じ、毎週パルシステムで
商品を購入している
組合員＝パルシステムユーザー です。

パルシステムとの関わり方は

<商品購入だけ>ではありません。

私たちはパルシステム神奈川の組合員活動の
ひとつ、**エリア活動**を行っています。

エリア活動では、各配送センターを拠点に
組合員どうしの交流や商品についての学びあいの
活動を行っています。

月1回の集まりでは交通費や試食品の補助があります。
この**エリアニュース**を制作・発行する他にも
特技を生かして**エリアブログ**で発信したり、
それぞれが興味のあることについて**企画を主催**する等
楽しく活動しています。

横浜南エリアでは**随時メンバーを募集**しています。
メンバー同、新しい仲間を心からお待ちしています。



エリアブログ「YUME ☆かもめ」



エリアニュース「かもめ」

エリア活動を始めてから
「パルシステム」という共通項が
ある仲間と新しいつながりが
生まれて、自分の可能性が発見
できると実感しています。
(活動歴5年 エリアメンバー)



**エリア活動について詳しくはホームページまたは
横浜南センターまでお問い合わせください。**

パルシステム神奈川 HP (エリア活動について)
https://www.palsystem-kanagawa.coop/committee/area_katsudou/

パルシステム神奈川 横浜南センター営業所
Tel. 0120-581-909 (月～金 9時～17時)
mail: palkana-yokohamaminami@pal.or.jp