



◆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？

【お問い合わせ】パルシステム神奈川 組合員活動推進課（045-470-6863 月-金 9-17時 / palkana-annai@pal.or.jp）

■メンバーが講師役 手ごねでおいしいパンを作ろう！

7/26(金)横浜南センターにて、横浜南エリア主催「手ごねでおいしいパンを作ろう！」を開催しました。講師役はパン作りの資格を持つエリアメンバーが務めました。

夏休み期間ということで親子での参加が多く、子ども7名を含む15名に暑いなか参加いただきました。

1つの生地、時短・簡単な夏野菜たっぷりのトマトフォカッチャ&グリシーニの2種の手ごねパンを作り



ます。今回のパンは 捏ね、発酵、分割とベンチタイム、成形、焼成 という工程があり、二次発酵がいない、簡単なレシピになっています。それでも初心者やお子さんが作業するとちょっと時間がかかるため、メンバーが開始前に、捏ねと発酵までを準備しました。

その後の分割からは参加者自身が行いました。成形し、用意している具材を自由に使ってトッピングをし、焼



成を行います。発酵後の作業だけでも十分、手ごねパンの楽しさを堪能してもらえたと思います。自分たちで作った焼きたての味は、もちろん大好評でした！

「またみんなでパンを作りたい」という声上がり、パルシステムの活動としてのグループ「地区くらぶ」を結成する方向になりました。一緒にやってみたいという方はぜひ、上記の組合員活動推進課までお問い合わせください。(SR)



■バケツ稲チャレンジ！ 猛暑に負けず成長、そして出穂

我が家のバケツ稲、元気にすくすく成長しています。4歳の娘も毎朝バケツの水量を確認してくれています。

「いねさん、おみずたりないねえ」となると彼女の出番です！

我が家ではほぼ毎日、上ずみを捨てて水を入れ替えています。バケツの水を入れっぱなしだと、この猛暑でぬるま湯になってしまい、小さなミミズのような虫(ボウフラ?)がわいてしまうのです…。



そして7月下旬、これが出穂?! 緑の葉っぱの中にぼちぼちと、お米の赤ちゃんみたいなものが出現しました。暑すぎて水が干上がったりお湯になったり心配していたけど、米は強いなあ。生命力に感動。

収穫まで、鳥や虫、病気など、これまでとはまた違うトラブルが発生しないように毎日様子を見ていきたいと思えます！ 成長の様子はエリアブログでもご覧ください。(WM)



■ハンドクリーム企画のお知らせ

告知

乾燥が気になる季節に向けて、まなびパル講師をお呼びして、肌に優しいアロマハンドクリームを手作りします。9/16-20週に配付の「イベント info」をチェックしてください。

10/25(金) アロマハンドクリームを作ろう！ 会場：横浜南センター

私たち横浜南エリアは、横浜南部で活動している、パルシステム神奈川の組合員が構成するグループです。同じ組合員のための企画を計画・運営する等の活動を行っていて、手作りパン企画、ハンドクリーム企画もその一環です。(SR)

両面見てね

