



# はまきた夢通信

## 9月

2018.9 発行

横浜北エリア

問合せ: エリア活動課

Tel: 045-470-6863

幼稚園児や小学生のお子さんがあるママたちにとっては長かった夏休み！我が家も3人の子育て中なので、毎回穏やかに過ごしたいと思いつつ毎年、四苦八苦ししています。

今年度、横浜北エリアでは、心理カウンセラーの松尾直子さんを講師に迎え、子育て講座を開催しています。

ブログやエリアニュースで開催報告します！ぜひご覧ください♪



ところで、今年からパルシステム神奈川ゆめコープの本部がある新横浜で、花火大会が始まったのはご存知でしょうか？

今年は7月26日(木)、打ち上げ場所は新横浜公園でした。

有料エリアと無料エリアがあるそうで、この日はIKEA港北の屋上も無料開放だったそうです！

我が家からも少し見る事が出来たので、初めてみる打ち上げ花火に子どもたちは大満足の様子でした！

キャラクターや星の形、ハート型の花火も打ち上げられて見ていて楽しかったです。

来年の楽しみが1つ増えました！ A.H



はまきた夢ブログはこちら

子育て  
応援！

### 野菜 de ティータイム



離乳食をどうしたらよいか不安、お子さんの食が細い、好き嫌いが多など、食に関する困りごとをパルシステムの「食育リーダー養成講座」を修了し、経験のある「食育ぱっくん隊」のメンバーがご自宅までおうかがいし、ご相談に応じます。

はじめての子育ては誰でも不安、ひとりで悩まずいっしょに考えてみませんか。

◆詳しい内容は食育ぱっくん隊事務局へお問い合わせください◆



Eメール: shokuiku@pal.or.jp

TEL 045-470-4172 (月~金 9:00~17:00)

※メールでの問い合わせ時は、件名に「野菜 de ティータイム」と入れてください。

### 我が家のむし鶏レシピ♪

#### ~むし鶏とナッツのヘルシーサラダ~

1. トマト・ピーマン・「までっこ鶏むし鶏」を食べやすい大きさに切る。
2. ナッツを加える。
3. オリーブオイルと塩・胡椒で味を整えて出来上がり♪



パルシステムの  
リサイクル!!

## 「お料理セット」トレーを パルシステムで回収しています!

▶▶▶ 油が付いているとリサイクルできません。



これが目印

洗って乾かして通い箱へ。

- ♻️マークが付いたトレーに限ります。
- 油污れや野菜くずはしっかりと洗い落としてください。
- 食洗機も使えます。

