この紙面は地域の組合員が作っています。一緒に編集作業したい方を募集中！お問合せまでお気軽にお電話ください。

Nなか Yよこタイム

1月号 Vol.170

発　行：横浜中エリア
問合せ：エリア活動課
ＴＥＬ：045-470-6863
（月～金 10 時～17 時）

ブログ更新中！「なかよこ」で検索

開催報告 横浜中センターまつり

地域団体
「六ッ川竜の鼓会」

2019/10/19（土）、横浜中センターにて「横浜中センターまつり」を開催しました。産地・メーカーとの交流、パルシステム商品の試食・販売など大盛況でした。

三浦半島 EM 研究会

(株)風見のドレッシング

横浜中エリア 組合員ブース♪

新年のごあいさつ

新年あけましておめでとうございます。

日頃よりパルシステム神奈川ゆめコープをご利用いただき誠にありがとうございます。

旧年中は格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。本年もパルシステム神奈川ゆめコープでの取り組み（環境活動、被災地支援活動、パルシステム商品、共済、パルシステムでんき）を、組合員の皆さんに広く知って頂き、暮らしに少しでもお役立ちができるよう、横浜中センター職員一同より誠心誠意努力してまいります。

本年も変わらぬお引立てを賜りますようお願い申し上げます。

横浜中センター職員一同

薬膳を学ぼう

東戸塚地区くらぶ うさぎ Café

2019/11/8(金)、さぽねっと講師を招いて「薬膳を学ぼう」を開催しました。中国伝統医学がベースとなっている薬膳。私たちが日常よく使っている食材にも優れた効能をもつものが多くあり、季節・体質・年齢・性別・体調に合わせて食材の効能を活かした献立をたてれば、立派な薬膳となることを学びました。
紅茶に陳皮(講師お手製の無農薬ミカンの皮を天日干ししたもの)をブレンドしたお茶や、〝冬の冷え対策〟としてのオススメレシピを試食させていただきました。どれもとても美味しく、参加者の笑顔が印象的でした。

黒豆茶

根菜の炊き込みご飯＆シソ味噌　鶏だんごの具沢山スープ

編集後記

パルシステムのイベントで里芋と八つ頭の収穫をしてきました。ムカデのような虫が沢山いましたが、積もりたての雪のようなふかふかな土に感激して帰ってきました。（T．D）