



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS  
第1回「ジャパンSDGsアワード」受賞

東金センター  
メールはこちら

\*この記事に記載のイベントについて\*

★参加費無料★お申し込み状況により追加募集あり。

★お申し込み多数の場合は、抽選になる可能性があります。予めご了承ください。

★お申し込みの際にお預かりした個人情報、受付名簿、連絡、会議・催し等の適切な運営のために限定して利用します。

お問合せ・・・ TEL:0120-867-518(月～金 9:30～14:30) FAX:0475-53-6102

MAIL togane-kumikatsu@pal.or.jp <東金センター活動スタッフ>



実開催 de  
パルシステムのつと

東金 10月② ☆カフェ感覚で☆

認知症について意見交換をしませんか

ゆる～いかんじのカフェなので、皆さんとあなたでも  
ご参加いただけます♪組合員さん以外の参加も  
大歓迎です!

～一般の方の参加もOK!!～

- ◆日 時: 10月25日(水) 10:30～12:20
- ◆場 所: 成東中央公民館内 講堂(山武市津辺 262-1)
- ◆講 師: 社会福祉法人翡翠会 居宅介護支援事業所かきつばた 管理者:仁科 映子さん
- ◆保 育: なし
- ◆募 集: 15人程度
- ◆持 ち 物: 筆記用具・飲みもの・マスク など ◆駐車場:あり
- ◆応募〆切: 10月8日(日) ※電話申込みは10/9(月)14:30まで
- ※応募いただいた方全員に10月12日(木)までに当落の結果をお知らせいたします



申込み用二次元コード



両親はもちろん、自分にも将来起こりうることもかもしれない…  
相談するほどでもないけれど、気軽に参加できるなら、  
いい機会だし、参加してみようかな。

オンライン de  
パルシステムのつと

東金 10月① ☆お米で超えてく☆

みんなで五平餅を作きましょう!



そろそろ新米が楽しみな季節になってきましたね。皆さんはご飯をどういう風に食べるのが好きですか?今回は日本の郷土料理のひとつ、五平餅を作ります。ご飯と、おうちにある調味料だけで簡単・シンプルな五平餅です。  
みんなで一緒に作って、楽しい時間を過ごしましょう♪  
(詳細は当選者の方にお知らせします)

もっといい明日へ

お米で  
超えてく



申込み用二次元コード

- ◆日 時: 10月13日(金)10:30～12:00
- ◆場 所: オンライン開催
- ◆講 師: PLA(パルシステム・ライフ・アシスタント) 北村 理乃さん
- ◆募 集: 20組
- ◆応募〆切: 9月17日(日)電話申し込みは9/18(月)14:30まで

※応募いただいた方全員に9月21日(木)までに当落の結果をお知らせいたします

☆東金センターからのクイズです☆

4種のだしが簡単で手軽にとれるパルシステムでお馴染みの「だしパック」。その4種類とはかつお節・乾しいたけ・昆布とあと1つはなんでしょうか?

A: さば節                      B: いわし節                      C: あじ節

※正解した方の中から、抽選で5名の方にパルシステムの商品をプレゼント!  
回答は下記の用紙または、メールで受け付けています。みなさんからのご応募お待ちしております!

前回の答えは  
Cでした



東金センター 活動スタッフ 行き

〆切: 9月22日(金)

答え \_\_\_\_\_

組合員番号 \_\_\_\_\_ お名前 \_\_\_\_\_

※クイズの答え、つといに対するご意見&ご要望等をお寄せください。メモ用紙などに記入の上この宛先ラベルを切り取って貼り、配送担当にお渡しく下さい。