

9月9日 東都島店舗パル委員会 (大阪市) 東都島店集会室 参加22名 (うち子ども3名)

## ナリス化粧品学習会

～今からでも遅くない～



講師の米澤さん

夏、強い紫外線を浴び、弱った肌のケアに...と、開催された「ナリス化粧品」の学習会。東都島店でも最近、ナリス化粧品の取り扱いが始まり、お店でも買えるというところで、ちょうど良いタイミングでもあったそうです。

講師にはナリス化粧品の米澤さん。中でも人気の「フリーリアシリーズ」を中心に話しされました。

フリーリアは、化粧品に使用するだけのために栽培し、一つひとつ手摘みされた国産バラをふんだんに使ったこだわりのスキンケアシリーズ。

お話の後は、角質ケアから化粧水・乳液などみんなまで



夏、強い紫外線を浴び、弱った肌のケアに...と、開催された「ナリス化粧品」の学習会。東都島店でも最近、ナリス化粧品の取り扱いが始まり、お店でも買えるというところで、ちょうど良いタイミングでもあったそうです。



角質を取った後は化粧水のなじみがいいね☆

「お肌のターンオーバー(肌が生まれ変わる周期)の理想は28日ですが、現実には約年齢×1.5日と言われていきます。また、このシリーズは香りもいので、加齢臭が気になるご主人にもぜひ!!」という米澤さんの説明に、「なるほど!!それいいかも」と大盛り上がり。

「しっかりとケアしていただけたら、どの年齢でもお肌の印象は変わります。若くしていこう♡という気持ちが大切!!」という言葉には勇気付けられた組合員さんも多数。

実際にお試し!!あたりにバラの良い香りが広がります。

「お肌のターンオーバー(肌が生まれ変わる周期)の理想は28日ですが、現実には約年齢×1.5日と言われていきます。また、このシリーズは香りもいので、加齢臭が気になるご主人にもぜひ!!」という米澤さんの説明に、「なるほど!!それいいかも」と大盛り上がり。



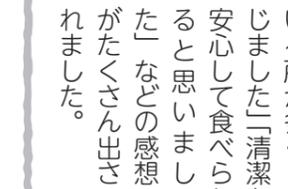
参加された組合員さんとその子どもさん

「保管や品質管理も徹底されていて安心」年齢で諦めていたことを若いときと同じように気を使ってケアしていこう!と、美容に対して、改めて意識が高まりました。

9月16日 南港地域活動委員会 (大阪市) 参加16名 (うち子ども1名)

## 川口水産工場見学

～活きたうなぎから蒲焼になるまで～



ーおいし♥ご飯がすすみます♪

川口水産では、味覚に敏感な職人5人が試食検査を行い、5人全員OKがでて初めて次の工程に移る、蒲焼の工程では3回行われる味付けにすべて違う種類のタレを使うなど、商品作りにおけるこだわりや熱意を学びました。

普段見ることのできない作業を目の当たりにし、行くところ行くところ驚きの連続!! 昼食には、焼きたてアツアツのうなぎをいただきました。身がやわらかく、香ばしさ抜群☆うなぎがあまり得意でない方も、臭みもなくふわふわでおいしかった♪とこころこころ「人の手で作られている所が多く、たくさんの方の努力を感じました」清潔な環境で作られていて、安心して食べられると思います。



川口専務 うなぎの稚魚の高騰などにより、工場見学を見合わせていた川口水産。待ちに待った見学が約2年ぶりに再開されました。「うなぎのおいしさや、蒲焼が出来るまでの工程、こだわりの地域の方に広げたい」と、今回訪れたのは、南港地域活動委員会のみなさん。

専務の川口さん・工場長の上西さんご案内のもと、白衣に着替え、いざ工場の中へ!! まずは「活きたうなぎ」とご対面。参加者の中には、初めて活きた姿を見たという方も。



規格外のうなぎが、こうして刻みに!



目にも止まらぬ速さでさばきます



によるによる...うわー!!すごい!!



お店の前にて。みんなでパチリ☆

うなぎが入った桶

8月23日 寝屋川東・北・中央・西香里地域合同活動委員会 参加214名 (うち子ども77名)

## ピースフェスタ2014

～世代をこえて平和の大切さを考えよう～



活動委員会

委員さんみんなで準備



エンディングで各地域の委員さんからもメッセージ

昔の食べ物や口にして、子どもたちはびっくりしていました。とてもいい経験になりました。

ふだんは平和について考えることもなく日々過ごしていますが、こういう機会があると考えるチャンスになりました。



「とれぶりんが」の皆さんと一緒に平和のミニコンサートで大合唱

組合員活動では「食」「平和」「環境」「くらし」など、さまざまなテーマで各地域が多彩なとりくみを行なっています。

来年は戦後70年。巷では平和をめぐる政策について様々な議論がされ、平和の大切さが際だってきたいます。

昨年、地域活動委員会主催の平和のとりくみに参加した小学生が、平和について深く興味を持ったことがきっかけで、今年は気軽に参加できるフェアを4地域合同で開催することに。

多くの組合員さんとご家族が、戦時下の様子や食べ

物について学び、平和ミニコンサートや絵本の読み聞かせ、腹話術などを楽しみました。また各地域やグループなどのブースでも工夫を凝らした展示や出店が行われ、充実したピースフェスタでした。

9月4日 枚方香里地域活動委員会 枚方組合員会館 参加17名 (うち子ども2名)

## 野菜を食べて健康になろう

～保健センターとコラボ～

それぞれ野菜を70g使った料理5品

### 本日のメニュー

- 夏野菜の冷や汁
- 冬瓜の梅風味あんかけ
- 冷しなすのごまソース
- ズッキーニのえびチーズ焼き
- トマトの春巻き



材料は野菜から調味料まですべてしっかり計量

この冬行われた、枚方市主催の「食育カーニバル」で、保健センターのとりくみがとても興味深く、地域の組合員さんにも広めたいと思い企画されました。

保健センターの松本さんご指導のもと、野菜を摂ることの大切さをまず学習。体脂肪や血管の模型を使ったりリアルな説明に、みんなドキッ!その後、夏野菜をたっぷり使ったメニューの調理実習・試食を行いました。

今回、手分けして作

野菜は1日350g!!

普段あまり使わない野菜をチョイスしました!!



枚方市保健センター管理栄養士 松本友希子さん

「次これ!!」「それ私するね」と協力しあい、「調理実習みたいで楽しい」とにぎやかな調理時間に。

試食では、「普段あまり使わない野菜も多かったけど、ズッキーニや冬瓜も意外に使いやすいね!」「レシピも持って帰って作ってみよ!」「何気なく作るのではなく、野菜を摂ろうとちゃんと意識して料理しないと」など話しながら、みなさん笑顔でおすすめをすすめ

冷や汁 いっぱい食べたよ!

※レシピの詳細は、ホームページの「パル子ちゃんブログ」番外編に♪ <http://www.palcoop.or.jp/blog/palko/>