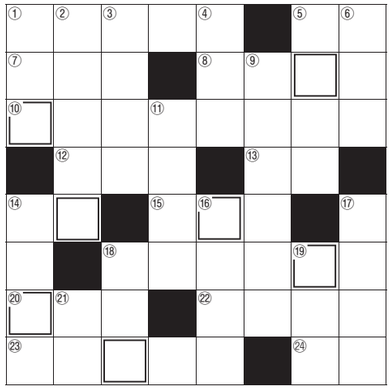
応募方法は下記をご覧ください

クイズ正解者の中から抽選で10名に図書カードをプレゼント

クロスワードクイズ

出題：溢

二重ワクの文字を並びかえて、意味のある言葉にしてください。



ヒント：備えあれば憂いなし

タテのカギ

①笑うと、ほっぺにくぼみ
②顕微鏡で見える微細な生物
③公園などで水がふき出す装置
④煮干し
⑤いちばん大きいこと
⑥旅行
⑦不利な状況の中で苦しみながら戦うこと
⑧引退すること
⑨ウコンの根茎を乾燥した黄色の香辛料
⑩音声記録装置
⑪互いに異性として恋い慕うこと
⑫部に所属し、部を構成する一員
⑬兄弟姉妹の娘
⑭原稿などを採用しないこと
⑮伊勢湾で育った2枚貝
⑯ごぼうなどを笹の葉の形に削ること
⑰無邪気ないたずらをする人
⑱図や写真を主体とした記録や書物
⑲想像によってつくりあげること
⑳おろか者
㉑↔ハイ
㉒専門家として学問研究に携わっている人
㉓土壌をすきおこすのに用いる機械
㉔福岡県にあるお茶の産地

ヨコのカギ

①ブラックタイガー、小麦粉、とき卵、パン粉、油
⑤紙幣

【73号の解答】ロースハム

ハ	ル	イ	チ	バ	ン	■	エ
タ	ビ	■	ユ	バ	■	エ	ア
ハ	ー	バ	ー	■	シ	ン	ロ
タ	■	ス	ナ	ジ	■	コ	ビ
■	ス	タ	ー	ダ	ム	■	ク
ク	ラ	ブ	■	イ	ギ	リ	ス
ツ	イ	■	ク	モ	ユ	キ	■
ワ	ス	レ	モ	ノ	■	シ	ロ

応募総数　237通
正解者数　237通

きれいの術 37

Q ほうれい線を目立たなくする方法はありますか？

A

小鼻と口角の間にできるシワ「ほうれい線」が目立つと、見た目年齢がグンと上がって見えてしまうことも。メイクで目立たなくするなら、明るめのコンシーラーを上手に使いましょう。口まわりを明るくふっくら見せてくれるので、若々しい印象になりますよ♪シワだけでなく、目の下のくまカバーにも使用できるので一つ持っていると便利！

回答者：(株)クラブコスメチックス
阪田　純子（じゅんこ）さん

〈コンシーラーのほうれい線を目立たなくする付け方〉

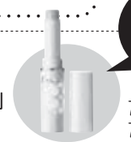
①明るめのコンシーラーをほうれい線に対して垂直に、5カ所くらいに分けてのせていく。
②薬指の腹を上下に動かしながらやさしく叩くようになじませる。
※付ける量が多いと、化粧くずれを起こして逆に目立ってしまうので注意！

〈ファンデーションタイプ別使用順序〉

★パウダーファンデーション使用の場合
…下地→**コンシーラー**→ファンデーション
★リキッド・クリームファンデーション使用の場合
…下地→ファンデーション→**コンシーラー**→仕上げ用パウダー（プレストパウダーなど）

メイクアップを楽しみましょう

★今月のプレゼント
コープ コンシーラー　ライトオークル
「お肌になめらかにのびながらも、しっかりカバーします」
〈内容量４ｇ　定価1,500円〉



今回は10名様にプレゼント

73号での応募は78名でした。

応募方法（クロスワードクイズ・きれいの術）

クイズの答え、または「コープコンシーラー　ライトオークル希望」と書いて、機関紙ぱるタイムに対するご意見、住所、氏名(ふりがな)、組合員コードを記入して、ハガキまたはｅメールで応募してください。お化粧に関する悩み・質問もどうぞ。
※クイズと化粧品の応募は別々にお願いします。

■締め切り　３月９日（土）消印まで有効
■当選者発表　プレゼントの発送をもって替えさせていただきます。
■宛先
〒534－0024　大阪市都島区東野田町１－５－26
生活協同組合おおさかパルコープ　機関紙ぱるタイム係
パソコンメールや携帯電話メールでの応募は
右記アドレスへ　**paltime@palcoop.or.jp**
カメラ機能のある携帯電話はこれを読み取るとアドレス入力のかわりになります→

いただいた声は、機関紙ぱるタイム、商品案内、ホームページなど広報・宣伝活動で掲載させていただくことがあります。
また、お預かりした個人情報は掲載時とパルコープからの問い合わせ以外には使用いたしません。ご了承ください。

機関紙 ぱるタイム75号 2013.2.25

1ページの続き

遠野通信 NO.28

被災者に寄り添い、絆をつなげる支援活動を

遠野まごころネット

3.11以降、『津波てんでんこ』という言葉を聞かれた方は多いと思います。「津波のときは“てんでんばらばら”に逃げなさい」という三陸地域の言い伝えです。

バスボランティアでの現地活動の一つ、『被災地視察』で語り部の釘子（くぎこ）さんが毎回お話されることが３つあります。一つは、「皆さんが自宅や学校、職場で災害に遭った時の避難場所はどこかご存知ですか？」。二つ目は、今回の大津波では、指定された避難所で多くの方が亡くなったという反省から、“避難所を他人任せでなく、自らが実際に確かめて欲しい”ということです。人口も建物も多い大阪で言えば避難場所までのルートの安全も含めて実際に歩いて確認することが必要でしょう。三つ目は、家族バラバラの時間帯でも再会する場所を決めておき、自分がまずは無事に避難できるよう“家族間のコミュニケーションを普段からしておこう…”ということです。

被災された方々からは、今回の辛い経験を繰り返してもらいたくないという思いで、生協の“班”などご近所のつながりの大切さも私たちに教えていただいています。

（NPO遠野まごころネットに常駐する
パルコープボランティア事務局・林さんより）

遠野まごころネットのホームページは
http://tonomagokoro.net/

※2013年度のボランティアバスも年間で予定しています。募集のご案内は今後のぱるタイムなどで予定しています。

～2013年の新年に、被災地の復興を願い年越しそばのおふるまいを～

2011年の年末に続き、2012年の12月31日～1月1日も、パルコープの役職員が、大槌町の小鎚神社にて、参拝に来られた被災者の方々に年越しそばやぜんざいなどの“おふるまい”をしました。2011年を上回る約400名の方が参拝に来られました。多くの方はまだまだ仮設住宅や故郷を離れての生活が続きますが、2013年の復興を祈願していました。

大阪でできる支援を

「東日本復興応援企画」を3月3回（3月4日～3月8日配付）の「食べてSmileオリジナル」8ページで掲載します。東日本の物産を買って、東日本を元気に！関西ではあまりお目に掛からない商品を集めています。ぜひ、ご覧ください。

身の回りの防災を日頃から心がけましょう

大阪に住む私たちが、東日本大震災の教訓を生かすことも、被災された皆さんの願いです。3月11日を前に、災害が起こればどうなってしまうのかを改めて思い出し、いざというときに慌てないように心がけ準備したいものですね。

組合員活動のコーナー　さっそく点検をするわ

12月10日
寝屋川西地域活動委員会・参加6名

災害時に慌てないためにと、「大阪市立阿倍野防災センター」へ見学に行き、仮想体験をしました。地震直後のような町並みをセンター職員の方から「崩れている建物からは物が落ちてくる可能性もあるので、道の端っこは歩かないようにしてください」などの説明を聞きながら歩きました。

また、「震度７地震体験コーナー」では、過去に起きた８つの大地震を体験し、「家に帰ったらさっそく懐中電灯の点検をしないとダメね」「子どもと話をしてみます」などの感想が出されていました。

<阿倍野防災センター>
阿倍野区阿倍野筋3
☎06-6643-1031

パルコープ組合員会館でも避難訓練をしました

組合員活動中の万一の天災や火災に備えるために、12月中旬に４つの組合員会館で避難訓練を行いました。城東組合員会館では、「パルちゃん広場『ずくすく』」に訪れていた組合員さんや幼児も参加。スタッフからは「実際に小さい子どもと避難してみて、予想外の動きをすることが改めて分かったので、いざというときのマニュアルを見直して徹底したい」など訓練の大切さを実感しました。