



パソコンメールや携帯電話メールで
のお便りは下記のアドレスへ
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

ハガキまたはeメールで、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
記入してお送りください。クイズ
が無い号もどうぞ。掲載した方に
は図書カードをお送りします。

〒534-0024
大阪市都島区東野田町1-5-26
おおさかパルコープ
機関紙ぱるタイム係

気になっていた
自転車保険のこと
城東区 石見 小枝子さん
自転車保険の事が最近テレ
ビでもやっておりますので気
になっていましたが、(12
8号の記事で) なんとなく分
かった様な気がします。考え
るチャンスです。

注文しましたよ！
阿倍野区 春井 美幸さん
128号の「赤穂のたま
ご」の紹介が興味深かったで
す。日本の玉子は世界でも安
価で、かつ清潔との評価で有
名ですが、特にこちらの商品
は行き届いた管理がなされ、
感心しました。当然、注文し
ましたよ！

初めて聞く言葉
枚方市 寺内 洋子さん
4コママンガ・ミラフロレ
ス。『ジレ』、初めて聞しまし
た。ヘエーそういう言葉があ
るんや！どこの国の言葉？チ
ヨッキよりベストというほう
が高級感ある、かな。「ズボ
ン、スラックス、パンツ」
「チャック、ジッパー、ファ
スナー」いろいろあるなあ。

なた豆茶を冷茶に
寝屋川市 松田 明美さん
この夏はなた豆茶を冷茶に
してよく飲みました。果汁・
野菜ジュースも購入して水分
補給しました。

「赤穂のたまご」
お気に入りです
枚方市 清水 まつ子さん
「赤穂のたまご」 黄身の盛
り上がりがよくお気に入りデ
す。忙しい朝は、みそ汁にポ
トンと落として半熟のおいし
さを味わっています。

どちらの商品カタログも
楽しんで使い分け
生野区 杉本 栄さん
先に商品カタログを見て、
何か今までと違う？と感じて
いて、後ではるタイムを読ん
で、商品カタログの刷新を知
りました。ちよつといいもの
が載っている「よりすぐり」
と、デイリーに使えるお得が
てんこもりの「食べてスマイ
ルオリジナル」、わかりやす
くていいですね。自分や家族
へのご褒美の購入と、普段使
いの商品の購入に、どちらの
カタログも楽しんで使い分け
ていきたいです。

ご案内

第9回 視覚障がい者のための商品フェア

今回は「おしゃれ」にスポットを当て、スクロールさんにはいつもの倍
の商品を出展していただきます。他には「紀ノ川農協のトマトジュース」
「佐々牧場の豚肉」などの食品、年末に向けてのお掃除用品など雑貨品も。
ずっとボラの会の震災支援の物産販売、グループさざ波によるパソコン
のインターネット注文の仕方やiPhoneの操作体験などもあります。

日時 10月29日(土) 10:00~14:00 ※最終の入場受付は13:30
場所 パルコープ京橋事務所(本部) 2階と3階

申し込み締め切り: 9月30日(金)
申し込み・問い合わせ: パルコープ組合員活動部
☎06-6242-0904 (月~土 9:15~18:00)

主催: ボランティアチーム
※ガイドヘルプボランティアが必要な方はお申し出ください。
※午前7時に暴風警報発令時、また危険と判断したときは中止します。

安心して利用できます

いつも利用している「赤穂
のたまご」の生産過程の特集
を見て、より安心して利用で
きます。たまごかけご飯はも
しろん、すりおろした山芋に
たまごをトッピング！これ
で、この夏バテずに過ごせま
した。

心して食べます

今日、梨をおいしくいただ
いたところで商品検査室だ
よ「二十世紀梨」の項を読み
ました。糖度について、種
り皮に・枝側よりお尻の方に
甘いということが分りました。
これから心して食べま
す。

どれも毎回楽しみ♪

東住吉区 田坂 幸子さん
きれいの術、クイズ、4コ
ママンガ、どれも毎回楽し
みに読んでいます。のために
る！賢くなる！笑える〜！
の三拍子!!

注文してみたくまりました

大東市 岡田 麻美さん
組合員の方のおすすめ商品
の「もっちり蓮根もち」、と
つてもおいしそうで注文し
てみたくなりました。

●利用された組合員さんからの
お気に入りポイントが分かる
と選びやすいですね。次回
企画が近いものから順に掲載
しているんですよ。まだまだ
募集中ですので、ぜひみなさ
んのお気に入りを見せてくだ
さいね！
(応募方法は7ページ)

私と一緒に！

門真市 森 マユミさん
128号の「ぱるメール」
に、もずくをおいしくいた
だいているというメールを見
て「私と一緒に！」と思いま
した。生協で購入するもずく
は、とってもおいしいです
も。

よく利用しています

枚方市 小泉 眞里子さん
赤穂のたまごは新鮮でお手
頃価格でよく利用していま
す。自転車での買い物なの
で、卵割れする心配もなくG
ood!



考え違いをしていました

城東区 増田 紀子さん
二十世紀梨の果皮色の違い
が判り納得。黄色くなると古
くなったと思っていました
が、適熟になっていたのです
ね。考え違いをしていまし
た。

新米主婦の生協利用

寝屋川市 上田 明子さん
他府県から引っ越ししてき
たばかりの新米主婦です。生
協を利用するのも初めてでた
だの食材の宅配かと思ってい
ましたが、品質も味も良くて
妊婦なので特に安心して注
文できます。知り合いもいな
いなか毎週、色々な情報が知
れて助かります。

醤油漬けがおいしい！

西成区 田中 照美さん
卵の黄身の醤油漬けおし
いです！それにきれい！
楽しみにしています
寝屋川市 新庄 千佳子さん
(128号の)「ガーデ
ニング講習会」の楽しそうな記
事を読みました。「収納の達
人の講習会」もあつたらいい
なあと思っています(もう実
施されていると思いますが
...)。これからも楽しみにし
ています。

ふわふわオムライス

大東市 児玉 里美さん
赤穂のたまごと、CO・OP
牛乳と炭酸水少々、よく混
ぜて作るとふわふわキレイ色
♡子どもの好物です。

懐かしく見えます

寝屋川市 青木 佳美代さん
組合員になって30年以上経
ちます。以前は学習会など企
画していたので、今、皆さん
の報告を懐かしく拝見してい
ます。



パル子のお店新発見

いよいよお店には秋の果物が並んでくる頃…。中でも「りんご」
は、種類が豊富でつぎつぎと出てくるので、いろいろ試して楽し
んでくださいね！(*^_^*)

りんごは、種のまわりとお尻側(花側)の
甘さが強いんです！
縦割リ(くし切り)
に切って食べるのが
おすすめ♪

●保存のコツ●
低温で湿度が高い状態
が長持ちのコツ。1つ
ずつラップで包んで野
菜室に保存



山木さんおすすめ！
ぐんま名月…甘味・香り・歯触りのトータル
バランスが取れていて、特に香りが最高で
す。また、ふじ系ですので基本的には蜜が入
りやすい。栽培が非常に難しい品種のため多く
流通しないりんごですよ。

次々並ぶよ！おいしい！りんごリレー

9月	10月	11月	12月
サン津軽	秋映	早生ふじ	サンふじ
		シナノスイート	シナノゴールド
		千秋	金星
		トキ	
		紅玉	
		ぐんま名月	

※時期は目安です。詳しくはお店でおたずねください

サン津軽…サクツとした歯触り、豊富な果汁
秋映…しっかりした歯応え、ジューシー
早生ふじ…シャリシャリした歯応え、甘みと酸味のバラン
スがよい
シナノスイート…ジューシーで酸味穏やか
千秋…緻密な肉質、しっかりした歯応え
トキ…ジューシーで甘みが強い
紅玉…酸味が強い、加熱調理向き
ぐんま名月…パリッとした歯応え、酸味が少なくジューシー
サンふじ…※早生ふじと同じ
シナノゴールド…シャキシャキした歯応え、程よい酸味
金星…香りが良く、甘みが強い

これ以外にも3月ごろまでリレーは続きます。お楽しみに

【パルコープのお店情報と今週のチラシ情報はHPをご覧ください】
http://www.palcoop.or.jp/shopping/shop/index.html
【パルコープのお店のご利用】は共同購入の組合員さんなら、各店舗サービスカウンターで無料で「ぱるるんカード」をお作りします。
その日のお買物分からポイントがつき、パルコープの全ての店舗共通でご利用できます。(組合員コードが分かればスムーズです)

ぱるタイムのバックナンバーは http://www.palcoop.or.jp/au_ji/paltime.html からご覧いただけます。