＼＼どなたでもお気軽に参加できます／／

※締 のないものは当日直接、会場へお越しください

ご意見・感想などはこちらへお寄せください
〒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
パソコンメールや携帯電話メールからはこちらへ
paltime@palcoop.or.jp

機関紙 ぱるタイム176号 2020.8.31

イベント情報

★ HP「組合員活動カレンダー」もチェック！　https://www.palcoop.or.jp/au_tori/calender/　Event information

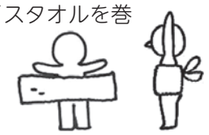
＊パルちゃん広場「ぽっかぽか」「すくすく」「ママCAFE」は、9月はお休みします。新型コロナウイルス感染拡大が落ち着いたのち、予防対策を行なった上で再開する予定です。

子育てを応援する「子育てサポートステーション」では、パルちゃん広場を運営するほか、子育て情報誌「パル de 子育て」を定期的に発行しています。今回は過去に掲載された一部をご紹介！

～お家でワイルドふれあい遊び～

「今日は外に出たくない…」でも　子どもたちは遊びたくってウズウズ…。そんな時、お家で体を使って親子で楽しめる遊びです。
（バックナンバー第11号より）

①子どものお腹のあたりに、フェイスタオルを巻きます。



②タオルを持ってゆらゆら、ブラブラ体が持ち上がるだけでうれしいです。

③子どもの膝の裏にタオルを充てて引き上げます。

④ブランコみたいにゆらゆら。余裕のある大人はクルッと回ってあげて！

パルコープのホームページでは、組合員さんの子育てを応援するページを設けています。離乳食レシピや、子どもさんとのコミュニケーションや栄養士さんによるごはんの話しなど子育てに役立つコラムを連載している「マシュマロCLUB」、パル子ちゃんの塗り絵のコーナーもありますよ。のぞいて見てね！

パルコープ　子育て応援

お知らせ

例年、この時期にご案内している「コープカルチャー生徒再募集」ですが、新型コロナウイルス感染拡大を考慮し、秋の生徒再募集は行いません。

また、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、2020年４月開講予定の講座も、今現在、開講に至っていませんので、2020年度の講座を来年度も引き続き開講する予定です。2021年度は、新規の講座講師は募集いたしません。ご了承ください。

例年、この時期にご案内している「産直産地ツアー（秋の収穫体験・みかん＆柿狩り）」ですが、新型コロナウイルス感染拡大を考慮し、今年は中止にいたします。ご了承ください。

〈共通略記号〉

対＝対象　持＝持ち物
¥＝費用　申＝申し込み先
定＝定員　問＝問い合わせ
集＝集合　保＝保育
受＝受付　M＝メニュー
主＝主催
締＝申し込み締め切り

（締のないものは申し込み不要です。保のないものは保育はありません）

- 午前７時に開催市町村または見学先に暴風警報・大雨洪水警報発令時、または危険と判断したときは中止します。
- 本部・組合員会館・組合員集会室は駐車場がありません。
- 視覚・聴覚に障がいをお持ちの方は、ガイド・手話ボランティア制度を利用することができます。事前にご連絡ください。

表記のない イベントの申し込み ・問い合わせ先は
組合員サービスセンター
FAX 0120－299－070　FAX 0120－299－230
携帯・PHSからは　☎ 072－856－7671（有料）
（月曜・土曜　9：00～17：00
火～金曜　9：00～18：00）

次回ぱるタイム通常号発行は９月28日です。

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。

生協の気軽にできる健康づくり
～おおさかまるごと～

健康チャレンジ2020

健康で楽しい生活を続けるために、「何か始めたいけどきっかけがなくて…」

「ひとりではなかなか続かなくて…」という方に朗報です。生協大阪府連の「おおさかまるごと健康チャレンジ」に参加してみませんか。今年もジュニアチャレンジがあります。

【申し込み・参加方法】
〈申し込み締切〉９月20日（日）
①８つのチャレンジコースから目標を決めてエントリー
②10月・11月の２カ月間、各自でチャレンジ。毎日の頑張り具合をカレンダーに記入
③12月には結果報告を提出。

参加賞がもらえます！

連絡先：生活協同組合ヘルスコープおおさか
TEL　06－6915－8855
参加申し込みはここからでもできます→
主催：大阪府生活協同組合連合会

2021年 500名の「総代」が決まりました

2021年の総代会に向けて、「機関紙ぱるタイム」及びパルコープの各事業所とパルコープホームページで６月29日（月）より総代選挙公示を行い、立候補を受け付けました。

７月30日（木）正午に立候補を締め切り、全ての選挙区で定数通りの届けがありましたので、全員を当選とし、2021年総代が決まりましたことを報告します。選出された総代の選挙区と氏名は、８月31日（月）よりパルコープホームページに掲載し、各施設に掲示いたします。

2021年総代選挙管理委員会
委員長　矢藤　万利子

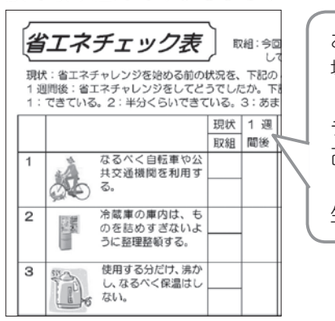
2020年版

１週間の「省エネチャレンジ」に参加してみませんか？

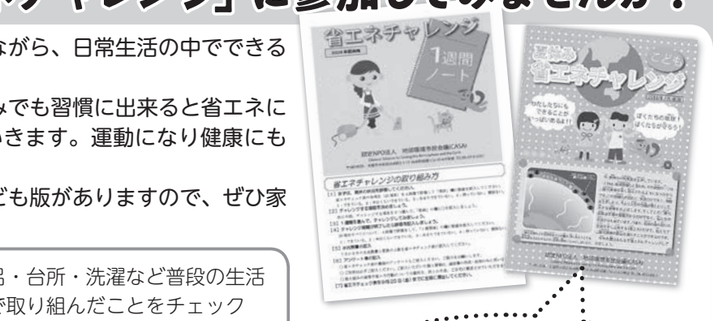
「省エネチャレンジノート」を使いながら、日常生活の中でできる省エネ活動にチャレンジしませんか？

前回の参加者からは「小さな取り組みでも習慣に出来ると省エネになると思う」「近くの買い物は歩いていきます。運動になり健康にも良いです」など声が寄せられました。

取り組む期間は１週間。大人版・こども版がありますので、ぜひ家族で取り組んでみましょう♪

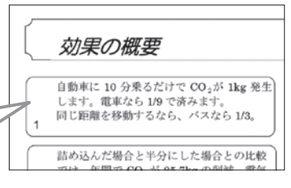


お風呂・台所・洗濯など普段の生活場面で取り組んだことをチェック
↓
チャレンジ前と１週間後の状況を自己評価して提出
↓
生協から通信簿が届きます♪



こども版は小学３年生以上が対象ですが、対象学年以下でも保護者の方と一緒にチャレンジできます

取り組むとどんな効果があるのかも、それぞれ分かるようになっています



＊地球環境市民会議（CASA）作成

申し込み締切：９月11日（金）

実施期間：
チャレンジノートが到着した日から10月２日（金）のうちの１週間

ノート提出締切：10月９日（金）

〈申し込み・問い合わせ先〉組合員サービスセンター（７ページ下参照）