



イベント情報

*パルちゃん広場「ぼっかぽか」「すくすく」「ママCAFE」は、3月はお休みの予定です。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します。今後の予定はホームページで最新の情報をお確かめください。

今号も引き続き「コロナ禍での災害時の心構え」をご紹介します。お話は、一般社団法人ADI災害研究所理事で防災士の軸丸政代さんです。

コロナ禍での災害時のママ・パパの心構え その③ ～ローリングストックについて～



軸丸さん

以前は、保存食と言えば「アルファ米」などの長期保存型の物が推奨されていましたが、今は「ローリングストック」という新しい備蓄の方法があります。普段から少し多めにレトルト食品・缶詰・菓子類・栄養補助食品・野菜ジュースなど加熱せず食べられるものを買っておき、使ったら使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の食料を家に備蓄しておくことができます。



消費しながら備蓄する「ローリングストック」のポイント

- ①常に1週間分以上の一定量を置いておく
- ②賞味期限を忘れないよう日付を書いておく
- ③室温で保存できる物にする
※冷蔵庫は、災害で倒れたり停電で使えないことがあるため
- ④普段食べ慣れている物(主食、おかず、おやつ、飲み物)を揃える
- ⑤缶詰、レトルト、フィルム包装など調理なしで食べることができるもの
- ⑥同じ日に賞味期限が来ないように、購入する日をずらす

冷蔵→冷凍→常温の順に消費していきましょう

市販の離乳食も普段から活用しておくことも手です

★ここ重要★

子育て中のママ・パパが気をつけること

母乳は、お母さんの災害時のストレスで一時的に出なくなることがありますが、赤ちゃんがほしがるときは、おっぱいを吸わせ続けてください。これは助産師さんもすすめている方法です。ママが精神的に安定すると、もとに戻ります。災害時は子どもたちも、いつもより不安やストレスを感じています。積極的にハグをしてあげましょう。コロナ禍で身近な人でしか抱きしめることが叶わない状況です。甘やかしではなく、落ち着かせるためにも…。ママ・パパも頑張りすぎず休息をとりましょう。誰もが心にストレスが溜まります。癒されることを、日ごろから見つけましょう！

〈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
- 縮 = 申し込み締め切り

((縮)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**

☎ 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3月29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。

★ 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

おめでとうアースちゃん7周年 @ながお協同発電しょ

日時 3月27日(土) 9:00~15:00
場所 ながお店 店内掲示板にて (枚方市長尾元町2)

おめでとうアースちゃん7周年に向けて、ブルーアースの会員様、支援して下さる方の心温まるメッセージをかわいく楽しく、ながお店に展示します。ながお店の屋根にはブルーアースの協同発電しょがあります。この協同発電しょも見学できます(9時~10時、13時~15時)。ながお店にお買いものがたら、見に来てください。

主 問

NPO法人リアルにブルーアースおおさか ☎ 070-5659-8147 (担当・武田)
※パルコープが加入しているNPO法人です。

ぱるタイムに掲載のイベントについて、新型コロナウイルスの感染拡大を考慮し、急遽、中止や延期になる場合があります。ご理解のほどよろしくお願いいたします。最新の情報については、パルコープのホームページまたは組合員サービスセンターへお問い合わせください。



親子産地ツアー「田植えツアー」のご案内について

例年、この時期にご案内している「田植えツアー」ですが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催方法を変更して実施予定です。詳しくは次号に掲載を予定しておりますので、そちらをご覧ください。



組合員サービスセンターと電話注文専用ダイヤルの受付時間が変わります 3月22日から

組合員サービスセンター・電話注文専用ダイヤルの受付時間が3月22日(月)より下記のとおり変更します。組合員さまにはご迷惑をおかけいたしますことをお詫び申し上げます。引き続きよろしくお祈りいたします。

パルコープ電話注文専用ダイヤル	3月22日(月)より	
0120-299-007	当日 9~21時30分	月~金 9~21時
	翌日 (火~金) 9~21時 (土曜日) 9~17時	土 変更なし

※携帯ナビダイヤル、PHS・IP電話専用ダイヤルも同様です。
※インターネット注文「eフレンズ」は注文書提出日翌日25時まで可能

パルコープ組合員サービスセンター 商品の過不足・配送のお問い合わせ	3月22日(月)より	
0120-409-555	月~金 9~21時30分	月~金 9~21時
	土 9~17時	土 変更なし

※携帯ナビダイヤル、PHS・IP電話専用ダイヤル・FAXも同様です。

公 告

組合員理事推薦の申し出について

2021年の役員選任を、定款第19条及び役員選任規約第5条にもとづき、下記の通り行います。
2021年2月22日
生活協同組合おおさかパルコープ
理事長 所 清司

- 1 組合員理事の区分と定数
◆区分：地域区 定数11人

地 域 区	定 数
パル北ブロック (枚方市・寝屋川市・守口市・門真市・四條畷市・大東市・交野市)	6
パル南ブロック (大阪市)	5

- 2 推薦の申し出方法と締め切り日
組合員理事への推薦を希望する者は、下記の窓口に規定の届出用紙をもって申し出を行ってください。それ以外では受理できません。推薦の申し出があった場合は、当該の組合員組織が申し出者の組合員活動の経験や、地域の組合員からの信頼等を検討の上推薦の有無を決定します(当該の組合員組織は、組合員活動委員会です)。
窓口：生活協同組合おおさかパルコープ 組合員活動部
(TEL) 06-6242-0904 (FAX) 06-6242-0926です。
申し出にあたっての届出用紙は、上記窓口に請求してください。
申し出は、本人から直接行なってください。申し出の締め切りは3月5日(金)正午までです。
(受付時間：月~土の午前9時~午後6時)
- 3 役員選任は2021年の通常総代会で行います。
(1)通常総代会の日時および場所 *場所 松下IMPホール
*日時 2021年6月8日(火)午前10時~12時00分
(2)理事会が決定した区域別の役員定数(2021年2月5日現在)
理事 定数 25~26名
(地域区) 組合員理事(地域選出) 11名
(全域区) 組合員理事(組合員活動企画委員会選出) 3名
(全域区) 常勤理事・有識理事 11~12名
監事 定数 6名
なお、役員選任議案は通常総代会に提案し、出席した総代の過半数で可決されます。以上