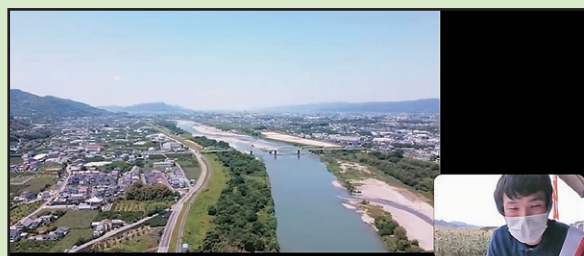


紀ノ川農協さんとの オンライン交流会

6月26日(土)に紀ノ川農協とのオンライン交流会
(Zoom使用)を開催し、7世帯11名の組合員さんが
参加されました。



ドローンで空から撮影された紀の川市
(右下は司会の、ふうの丘店長・山本さん)

産地の紹介



宇田組合長から、紀ノ川農協の取り組みなど説明

トマトのことがべんきょうになった から、さんかしてよかった



トマトの バーチャル 収穫体験



親指で茎と実の付け根を押さえて、
実をクルッと反対に向けて収穫します。
あとは実に残った茎をハサミで切り取って
整えます。(生産者の星原さん)

みなさんにしっかり食べものを
届けていくこと、地産地消・地域づくり・
担い手づくりなど、100年、200年、300年と
続いていく農業をがんばって
目指していきます



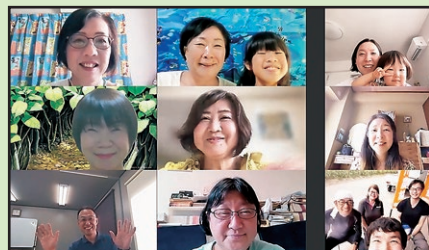
クイズ コーナー



参加されたみなさんで
記念撮影

トマトのことがべんきょうになったから、さんかしてよかった
(水を多くやるときに、われてしまったりするからちゅうい。
とくに雨の日はちゅうい)。またトマトのことだけでなく、
きゅうりのこともおしえてくださいね。

(枚方市・原田さん・8歳)



秋の稲刈り編

産地と
つながろう!

「JAいなばさん オンライン交流会」

参加者募集!

(くわしくは2ページへ)



2019年の稲刈りツアーより

・切り取って配送担当へお渡しください。
パルコプ開発部・環境担当行き

8月3回注文書のアンケート欄で 1日エコライフに チャレンジしましょう♪

家族で決めた1日を「わが家のエコライフデー」とし、下記の問1～問3は、チャレンジした人数を1～9の数字でアンケート欄にご記入ください。問4～問6は、実行した項目に「1」とご記入ください。

アンケート記入欄

問1	問2	問3	問4	問5	問6
1	2	3	4	5	6

エコライフ項目	1日で減らせるCO ₂ 削減量の目安
問1 冷房時の室温を28℃設定にする	149g
問2 冷蔵庫の設定温度を「強」から「中」にかえる	93g
問3 自動車運転はふんわりアクセル（eスタート）	532g
以下は、この夏実行した項目があれば「1」の記入をお願いします	
問4 省エネ性能のよいエアコンに買い替えた	
問5 エアコン使用時に扇風機を併用した	
問6 自動車を使わず、徒歩・自転車・交通機関を利用した	

※1日で減らせるCO₂の量は目安です。
参考：省エネルギーセンター「家庭の省エネ大事典」他

インターネット注文サイト「eフレンズ」からも回答できます（増資・募金・アンケート・サービス申込みボタンをクリック）

地球にも お財布にも やさしい 夏のエコは節電ポイント

組合員みなさんは、どんな「エコ」を心掛けておられますか？
私たちの暮らしの中から二酸化炭素(CO₂)をなるべく出さないことが、地球温暖化防止につながります。まずは「1日エコライフチャレンジ」そして「毎日をエコライフ」にしませんか？

チャレンジでいただいた 感想やメッセージ

なるべく皆同じ部屋で
過ごして、エアコンの
使用量を減らしました。
家で過ごす事が増える夏に
なりそうなので、これを
頑張ろうと思います。

エコは
気持ち
良いです。

少し「エコ」を
意識し生活に取り入れる
だけで、二酸化炭素の
削減につながることに
わかり驚きました。

昨年の参加人数
2,978名
(組合員さん+職員)
CO₂削減量
約**1,280kg**

ホームページ
からのお知らせ

オンラインでつなぐ ピースリレー 2021

本来御堂筋を歩く予定だった5月9日にむけて、地域の活動委員さんがつくった平和のアピールグッズや展示物、動画などを、facebookやInstagramで紹介してきました。

この度、それらをまとめた総集編ページができました！盛りだくさんの内容となっていますので、ぜひご覧ください。



平和のおもいをつなげよう

検索は

スマートフォンならこちらから



参加者募集

産地とつながろう！

秋の稲刈り編

JAいなばさん オンライン交流会



2019年の稲刈りツアー

この秋、ご家庭からオンラインで「富山コシヒカリ」の産地のみなさんと交流しませんか？

9月下旬は収穫シーズン真っ只中。秋色に染まる富山県小矢部市の風景とともに、稲刈りの疑似体験や作り手の想いを知ることができる楽しい企画です。

★Zoomオンライン交流会開催日時★

2021年9月23日(木・祝) 10:30 ~ 12:00(予定)

■定員：15世帯

■対象：パルコプの組合員さんとそのご家族

参加費 1,000円

■申し込み締め切り：8月20日(金)

■申し込み方法：★ホームページからの申し込みのみとさせていただきます。

ホームページの専用フォームより、下記の①～⑦を入力してお申込みください。

- ①組合員名 ②組合員コード
- ③一緒に視聴・参加される方の人数
- ④全員の年齢
(参加者の年齢によって内容を考慮いたします)
- ⑤ご住所 ⑥電話番号
- ⑦メールアドレス

■結果連絡：申し込み多数の場合は抽選となります。申し込み締め切り後、8月27日までにメールにて抽選結果をお知らせいたします。
ミーティングID・パスワードは前日までに連絡します（メールにて）。

※応募で得た個人情報とはツアーの連絡、産地交流に係る企画案内以外には使用しません。

＜専用フォーム＞

<https://www.palcoop.or.jp/event/>

スマートフォンの場合は
こちらからも
申し込みできます→



ズーム「Zoom」ってなあに？

パソコンやスマートフォンを使って、セミナーやミーティングをオンラインで開催するために開発されたアプリです。インターネットで大人数での対面式会話ができます。

【事前に確認・準備していただくこと】

今回の産地ツアーはオンラインでの開催となるため、以下の事項の確認・準備をお願いします。

- インターネットに接続できるパソコン（WEBカメラつき）、スマートフォン、タブレットが必要となります。
- 当日使う機器にZoomアプリのダウンロードをお願いします。初めてのご参加でも安心ください。説明させていただきます。
- 通信費は各自でのご負担となりますので、通信環境はWi-Fiを推奨します。

【問い合わせ先】 組合員サービスセンター ☎ 0120-299-070 携帯・PHSからは ☎ 072-856-7671(有料)
(月・土 9:00～17:00 火～金 9:00～18:00)



- 毎月の検査室だよりはHPにも掲載しています。https://www.palcoop.or.jp/au_ji/kensashitsu/
- 放射能・輸入食肉検査の取り組みは https://www.palcoop.or.jp/radioactiv_lab/

商品検査室だより

6月度

卵の色について



- ☆卵黄の色の違い
- ☆卵白が白くにごっている



<卵黄の色の違い>

鶏のエサに含まれる天然の色素により、卵黄の色が変化します。この色素にはいろいろな種類があるため、卵黄の色も薄いクリーム色から濃い橙（だいだい）色まで差が生じます。

<卵白のにごり>

卵白が白くにごっているのは新鮮な卵であることを示しています。にごりの原因は殻が形成されるときに卵白に炭酸ガス（二酸化炭素）が溶け込むためです。産みだての卵の卵白には炭酸ガスが多く含まれていますが、しだいに殻の微細な穴から空中へ放出されていき、卵白は透明になります。



卵白が白濁している卵

新鮮な卵はゆで卵にすると殻がむきにくいので、卵のとがっていない殻の先端部に少しヒビをいれ、炭酸ガスを追い出しながらゆでると上手に殻をむくことができます。

検査室では卵質検査を実施しています

共同購入の卵については、定期的に抜取検査を行っています。

また、店舗については毎月主要品目の鮮度管理の点検を行い、結果は売り場でも掲示しています。



6月度検査状況(21.5.21~21.6.20)

【商品検査のとりくみ】

商品検査数 1227件（計画比105.3%）

検査の種類	検査件数	注意品及び結果
微生物検査	745	5（品質上の問題なし）
残留農薬検査	50	なし
理化学検査	235	なし
残留放射能（放射性物質）検査	30	なし
輸入食肉検査	22	なし
その他*	145	なし

※その他…店舗・福祉施設の設備の衛生検査など

【商品の相談受付状況】

125件

各種、検査のようすを動画でご覧いただけます→



「もったいない」を「ありがとう」へ ～食材が子ども食堂さんに届けられるまで～

パルコプは、2017年に「パルコプ子ども食堂フードバンク」を立ち上げ、配達エリア内にある子ども食堂を中心に食材を届けています（2021年5月現在：60団体65カ所の子ども食堂と3つのシングルマザー支援団体）。



ピンクの回収ボックスと
のぼり旗が目印

仕入れた商品の予備や返品された食材



お取引先さまや地域の商店などからの寄付もあり、取り組みがひろがっています。

◀伊藤忠食品さまから

フードドライブ活動で集まった食材



パルコプの店舗や組合員会館に組合員さんに持ち込んでいただいた食材の他に、行政の施設や地域の商店街などに専用の回収ボックスを設置しています。
※回収状況や設置場所などは6ページ参照

ボランティアスタッフによる仕分け



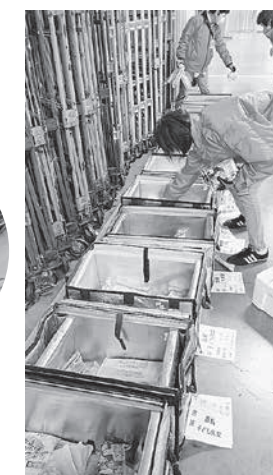
▲集まった食材は必ず、賞味期限が切れていないか、破損したり漏れていないかをひとつずつチェック。冷蔵品や冷凍品もあるため、室温は冷蔵庫並み。夏でも防寒具を着て作業を行う

お届けまでに時間差があるので、フードドライブに食材を出していただく時は“賞味期限が1ヵ月以上の物”をお出しください



◀廃棄される食材

枚方物流センターで、組合員さんなどのボランティアスタッフによる仕分けを行います（毎月1回開催・この日は16名参加）。



◀子ども食堂さんごとに、開催日数や開催規模で計算した割合で食材を仕分ける。使う状況を思い浮かべ種類がバラバラにならないようになどを考えて入れていく（写真は冷凍品を各子ども食堂さんの札が付けられた保冷ボックスに入れる作業のようす）



▲配達日まで一時保管。なるべく開催日を考慮して順番にお届け

ボランティアに参加されている方にお聞きしました。「子どもの貧困や孤食のことを聞くと胸が痛みます。少しでもお手伝いできればと参加していますが、みなさんが待っていてくれると思うと嬉しいですね」

子ども食堂さんに配達

冷凍品・常温品を1日に10軒ずつくらい2週間かけて順番に配達。冷蔵品は賞味期限を十分に考慮しながら、子ども食堂さんの開催日にあわせてお届けしています。



子ども食堂応援募金で購入した専用のワゴン車で配達

この日配達した西島こども食堂・立川さんにお聞きしました。「現在、集まった子ども食堂はコロナウイルス感染拡大を避けるために中止していますが、お弁当を作って無料で配布する月もあるので、食材は大変助かります。使い切れない場合でも、ひとり親の家庭や生活保護を受けておられる家庭にお渡ししたりしています」



子ども食堂担当職員のおふたり



パルコプ子ども食堂フードバンク・フードドライブ活動に関する詳細はホームページをご覧ください。
https://www.palcoop.or.jp/au_ji/kodomoshokudou/



シングルマザー支援団体さんへお届けする食材は、レトルト食品やインスタント食品・お菓子など「箱に入れて発送しやすい」常温品を

理事会・監事会報告 2021年度 第3回 7月9日

事業概況 (単位：千円)	6 月 度			累計（4～6月）		
	実 績	計画比%	前年比%	実 績	計画比%	前年比%
供 給 高	5,222,097	110.9	94.4	15,454,161	107.7	92.2
供給剰余金	1,506,439	114.1	96.3	4,396,321	110.6	95.5
福祉剰余金	419	22.2	35.2	6,737	105.7	114.6
事業総剰余金	1,644,000	113.6	96.8	4,815,279	110.4	96.5
事業経費	1,407,512	98.7	103.5	4,119,590	99.0	103.0
事業剰余金	236,488	—	69.9	695,689	353.4	70.1
経常剰余金	243,142	916.4	78.1	728,459	314.1	73.2

※実績・計画・前年実績のいずれかが「マイナス」で比較ができない箇所は、「—」で表しています。

おもに討議、確認した内容

- 2021年度2021年6月度事業報告
- 日配部門「パン」「乳製品」のパル独自化について
- 組合員サービスセンターの受付時間変更に伴う、PB商品の問い合わせ表示の変更について
- くらし・他団体、支援活動の進捗について

〈監事会報告〉2021年度 第3回定例監事会(7月9日)

- ①前回監事会以降の監査状況を報告確認しました。
- ②共同購入事業・管掌理事のヒアリングを行いました。



★ 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



〈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。

次回ぱるタイム通常号発行は8月30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掲載時とパルcoop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。

イベント情報

＊パルちゃん広場「ぽっかぽか」「すくすく」「ママCAFE」は、8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。

ホームページは組合員活動以外の子育て応援コーナー「マシュマロCLUB」があります。こどもとのコミュニケーションや栄養士さんによるごはんのお話、整理収納のコツなど子育てに役立つコラムを連載しています。今回はその一部をご紹介します

マシュマロCLUB

離乳食・幼児食の知っておきたい大切なこと

かわもと 河本 かよ さん (栄養士)

～幼児食の時期っていつ？ 何に気をつけるの？～

離乳食の時期は明確に定義をされていて、多くの方がご存知です。ところが「幼児食って何？」「そもそもしないといけなの？」「離乳食が終わったら、うちらと同じものを食べさせてるけど。あかんかったん？」「いいんちゃうん？」「めんどくさあ～」などの声を聞きます。確かに、大人と似た食事になるのはOKです。しかし、体の大きさ、歯の本数、噛む力、内臓の機能などが大人と違う子どもたちに全く同じものを…というのは、体への負担が大きいです。そこで、ほとんど一緒にいいけど、まだ難しいところは配慮してあげましようと考えてるのが、「幼児食」です。1歳～就学前(6歳)までを幼児とされています。その間は、様子をみて配慮してあげてください。食べることは、お口の機能や体の成長を促す意味もあります。個人差が大きい時期なので、その子に合った対応をお願いします。

文章の一文を掲載しています。
気をつけるポイントなど記事の続きはこちらから→



パルcoop 子育て応援



←スマートフォンの方はこちらから



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)

2021年5月度



フードドライブ活動で ご提供いただいた品数と量目

たくさんの食材のご寄付ありがとうございました。組合員の皆さまからのお気持ちは、子ども食堂の方へちゃんとお届けします。

全ての店舗 (9店)の合計	610品	191.5kg
京橋事務所と 全ての組合員会館 (4会館)の合計	314品	119.4kg
総合計	924品	310.9kg

〈今後のフードドライブ回収週〉

8月

◆店舗は8月22日(日)～28日(土)
◆組合員会館・京橋事務所(本部)は
8月23日(月)～27日(金)

9月

◆店舗は9月19日(日)～25日(土)
◆組合員会館・京橋事務所(本部)は
9月20日(月)～24日(金)
引き続き、ご協力をよろしくお願いいたします。

●パルcoopのホームページでも詳しく紹介しています
https://www.palcoop.or.jp/au_ji/kodomoshokudou/fooddrive.html



「食材が子ども食堂さんに届けられるまで」のようすを今号4ページに掲載しています。そちらもご覧ください。



お店からのお知らせ

お店で使える電子マネー 「ぱるるんカード」が できました！

3月末、つるみ店から順次各店に導入されている「ぱるるんカード」。組合員証を兼ねたプリペイドカード(電子マネー)で、とっても便利！7月末には全店で使えるようになりました。

ぱるるんカードで 小銭いらす！

小銭を財布から取り出す手間がなく、カード1枚で支払いが完了します。

利用された組合員さんから「会計が短時間で済むので助かるね」という声もあるよ



ぱるるんカードで 手渡しなし！

セミセルフレジでは、レジ精算までお金やレジ担当者と触れることがありません。



レジでカードを差し込むだけ

ぱるるんカードは 組合員さんの声で改善できる！

パルcoop独自開発のカードだから、組合員さんのご要望に応じてシステムの改善ができます。

入金(チャージ)は、サービスカウンターでできるんやって。試してみよ～



＊「ぱるるんカード」のお申し込み・発行は、各店のサービスカウンターへお声かけください

アルプス処理水海洋放出に反対するオンライン署名

へのご協力をお願い

2021年4月13日、政府は、東京電力福島第一原子力発電所事故に伴うアルプス処理水の海洋放出を決めました。関係者の理解もないままの決定にパルcoopとしては、放出を行わず、関係者・国民の理解を得られる方法で処理することを望みます。ぜひ、オンライン署名に賛同をお願いします。



署名はこちらから→→→→→
(coopふくしまのホームページにつながります)



〈呼びかけ団体〉

みやぎ生活協同組合・coopふくしま、宮城県漁連、宮城県生協連、福島県生協連



作業用のテーブルに所狭しと並べられたお弁当。おかずの品目も多いが、見事な連係プレーで盛りだくさんに詰めていく

パルコープエリアにある「子ども食堂」を訪問し、活動の様子や運営されている方の思いなどを紹介します。

今回は、大東市にある「グレース子子ども食堂」さんです。

＊ ＊ ＊

住道駅からほど近い通り沿いに、1階がレモンイエローのビルがある。軒先テントのブルーが鮮やかな「スイートカフェ」だ。普段はランチなども出す喫茶店だが、毎月第3木曜日の午後からは店内がいっそうにぎやかになる。コロナウィルス感染拡大の前は、夕方から子どもたちが集まってきて、学習支援もしていた子ども食堂が開催されていて、親子で30人ほどが和気あいあいと一緒にご飯

わがまちの ＊ 子ども食堂 訪問記

(26)

グレース子ども食堂

- 場 所：大東市扇町
- 開催日：毎月第3木曜日
17:00～18:00
- 参加費：
子ども（高校生まで）100円
大人 200円
- ◆ インスタグラム：https://instagram.com/suitokahue?utm_medium=copy_link



原田 多賀子さん



を食べていたそう。今はスタッフ手作りのお弁当を手渡ししている。□□ミなどで広がり、今やその3倍の100食以上をカフェスタツフや知り合いなどがボランティアで作っている。

手渡し時間の17時から、次々とお弁当を求める方が来られ、お菓子などと共に渡していく。カフェの常連さんは「ここはみんな気さくで居心地がいい場所。いつも癒されにきています。今日は孫の分も合わせて8人分いただきました。すごく助かっています」。

いつしか穏やかで表情も明るくなったお母さんも

代表の原田さんにお話を聞きました。「子ども食堂は、月1回このスイートカフェの閉店後に間借りさせてもらいながら開催しています。2019年3月からスタートしました。

お弁当は先着100食の完全予約制としていますが、本当に困っている家庭（ひとり親家庭やお母さんが入

子ども食堂 応援募金 にご協力をお願いいたします

パルコープでは、エリア内の子ども食堂を応援する活動を進めています。集まった募金は、子ども食堂の援助費用（配達ガソリン代・高速代など）に活用いたします。

<募金方法> 注文書の募金カンパ欄1416へ



1と記入すると100円の募金になります

※インターネット注文(eフレズ)をご利用の場合は、[注文番号で注文]からご注文ください

募金の状況(2021年6月20日現在)
21,043,876円

院などで食事が困難な家庭などから要望があれば、数量オーバーしてでもお渡ししたいと対応しています。

子育てに悩んでいるお母さんたちもスタッフや他のお母さんたちと交流する中で、いつしか穏やかで表情も明るくなったように思います。今はお友だちと一緒に来てくれていて『この日の晩だけは買い物しなくていいし、洗い物もないし、気兼ねなく友だちとおしゃべりできます』と嬉しそうに話してくれます。周りに気にかけてくれる人がいるだけで全然違うのだと思います。今後もお弁当を配るだけじゃない「居場所」としてひとつと機能すればいいなと思っています」。



仲の良いお母さん
どうして一緒に来られることも

※子ども食堂に関する情報はホームページでも見ることができます。https://www.palcoop.or.jp/au_ji/kodomoshokudou/

Pa・ぱつとクッキング 182

https://www.palcoop.or.jp/osusume/recipe/

材料・2人分

- そうめん……………200g
- 鶏ささみ……………100g
- トマト……………100g
- パセリ……………1房
- レモン……………1/2個
- オリーブオイル(後がけ用)…適宜
- レモン汁……………1/2個分
- ④ オリーブオイル ……大1
- 塩・黒こしょう……………適宜
- ⑥ コンソメスープ……………300cc

作り方

- ① ささみはラップして電子レンジで加熱して細かく割く。レモンは輪切り、トマトはざく切り、パセリはみじん切りにする。
- ② ①のささみ、トマトを④で和える。
- ③ そうめんを茹でて器に盛り、②、レモンの輪切り、パセリを乗せ、⑥のコンソメスープを流し入れる。最後にオリーブオイルをひと回しかける。

チキンコンソメ1個を200ccのお湯で溶かし、氷100gで冷ます

8月3回企画回おすすめ「CO&ベリオ エクストラバージンオイル」を使って オリーブオイルとレモンのそうめん

＊コンソメスープで食べる洋風そうめん



1人当り
488kcal