



### 夫婦二人になってからも

門真市 森田征子さん

生協の会員になって30年あまり、卵と牛乳が気に入ってあり、とても健康です。子どもたちもみな独立し、夫婦二人になってから食料品の量は少なくなりましたが、雑貨とか化粧品をみるのが楽しみです。きれいの術」を参考にし、読ませてもらうことがあります。しわ・シミはいつにもなかならぬとシウシウ...

### 鴨肉はお雑煮にも使えます

住吉区 野田合子さん

これからのシーズン、鴨鍋などのお料理のレシピは大変参考になりました。鴨肉はお正月のお雑煮にも使えます。これからも簡単なお料理もいろいろ載せてくださる。いつもワンパターンで困っています。

※お料理の作りかたは生協のレシピに載っています。

### 赤ちゃんサポート助かってます

港区 増井恵さん

結婚してからバルコープにお世話になり、この夏からは「赤ちゃんサポート」のサービスをうけてとても助かっています。もうすぐ息子の離乳食が始まります。コープさんには赤ちゃん用の食品もあるので、今から楽しみにして、離乳食のメニューをおあれこれ考えています。これから安心して安全な食品をうけようと思っています。

### 子どもができてワクワク

四條畷市 寒原陽子さん

40歳にして初めて子どもができました。10月予定日なので、ワクワク毎日過ごしています。子どもも参加できるイベントもとても増やしてくださる。レシピもコープで売っている物なので参考に作ってみました。

### 最近の大ヒット

鶴見区 金田利香さん

コープの野菜は新鮮でほんとに美味しくてです。アレルギの娘も安心して食べます。毎週食材が届くのが待ち遠しくて、食べ盛りの3人の子どものために毎日いろいろお料理を楽しんで作っています。最近の大ヒットは坊っちゃん力ボチャの丸ごとシチューです。



### コープのお店大好き

大東市 中村和恵さん

コープのお店大好きです。以前、仕事で東中浜店を利用していましたが、今後は...つるみ店を利用しています。ファミリー的な感じの店でもお気に入りです。

## Event information

## イベント情報

- ・案内しているイベントはいずれも、午前7時に暴風警報が発令された場合、その他バルコープが危険と判断した場合は中止となります。
- ・組合員会館は駐車場がありません。車での来館はご遠慮ください。
- ・視覚・聴覚に障がいをお持ちの方に、ガイドヘルプ・手話のお手伝いが可能ですので、お申し出ください。

- ・表記のないイベントの問い合わせ：申し込み先は 組合員活動サポートセンター
- 月曜・土曜 9:00~17:00
- 火～金曜 9:00~18:00
- ☎ 0120-299-244
- FAX 0120-299-230
- 携帯・PHSからは☎06-4801-7648

### 盲導犬とふれあいませんか

日本ライトハウスの盲導犬や訓練犬などがリルのお店にやってきました。

日時 11月29日(日) 13:00~15:00

場所 忍ヶ丘店 1階入口前

火～金曜 9:00~18:00

※盲導犬が不足しています。一頭でも多くの盲導犬を誕生させましょう

主催 グループ「ハーネス」

### 遺伝子組換え作物って ほんまはどうなん?

農林水産省が公募する事業「遺伝子組換え作物等に関するコミュニケーション(出前学習会)」に、グループ「食品表示ウォッチャーズ」が応募し、バルコープでの開催が決まりました。遺伝子組換えって何? 国の考え方は? 安全の確認は? DNAってどんなもの? 等を知って考える機会にしてみませんか?

日時 12月7日(月) 10:00~12:00

場所 城東組合員会館 2階 調理室

内容 農林水産省担当官による講演と意見交換、DNA抽出実験

定員 35名(定員になり次第締め切り)

※保育あり(1歳以上)

参加費・保育は無料です。

締め切り 11月20日(金)

### いきいき昼食会寝屋川

日時 11月19日(木) 11:50~13:30

場所 寝屋川組合員会館

対象者 65歳以上の方

参加費 500円

メニュー 昼食会をはじめて以来の中華フェア 締め切り 11月16日(月)

主催 いきいき昼食会寝屋川

※ボランティアの方を募集しています。どなたでも見学におこしください。

### ふれあい喫茶 by夢くらぶ

地域の皆様に「ホッと一息」できる場を提供してまいります。将棋コーナーもありますので遊んで帰ってください。

日時 11月17日(火) 11:00~14:00 (毎月第3火曜日)

場所 寝屋川組合員会館1階

メニュー 三色丼(吸い物付)、かき揚げうどん、コーヒー・紅茶(各クッキー付) 各100円

※どなたでもご自由にお立ち寄りください

主催 ふれあいサロン夢くらぶ

### コープカルチャーフェスティバル

日時 11月25日(水) 10:00~15:00

場所 寝屋川組合員会館

内容 フロアショー・展示・体験・喫茶・フリーマーケット・ピンコ・その他いろいろ

主催 寝屋川カルチャー講師連絡会

### バルちゃん広場ほっかほか

親と子が、ともに「ホッ!」とできる広場をめざします。楽しいおもちゃ・絵本を用意して、みなさんの参加を待っています。

対象 就学前のお子さんと保護者

参加費 1家族1回100円

### 東香里地域商品フェア

“なんで生協商品なん?” ~生協商品の安全・安心・こだわりを共有しよう~

日時 11月28日(土) 11:00~13:00

場所 バルコープ寝屋川支所(寝屋川市宇谷町7-4)

内容 生協商品のお試し・業者の方との交流・支所による野菜の販売

主催 東香里地域活動委員会

日時 11月19日(木) 10:30~12:00

12月3日(木) 10:30~12:00

※12/3はクリスマスイベント開催予定です

場所 守口組合員集客室

主催 バルちゃん広場ほっかほか守口

日時 11月20日(金) 10:00~12:00

12月4日(金) 10:00~12:00

場所 阿倍野組合員会館 あじさいホール

主催 バルちゃん広場ほっかほか阿倍野

### ミニ門松を作ろう!

日時 12月16日(水) 10:00~15:00

場所 枚方市野外活動センター(枚方市穂谷4550番地)

集合 枚方市野外活動センター事務所前に10:00、または、9:30に京阪バス「穂谷」バス停(徒歩30分・スタッフ同行)

参加費 1500円(施設使用料・材料費・昼食・お土産付)

持ち物 軍手、タオル、おにぎり、お茶、おわん、お香、シート)

定員 10名

受付 11月23日(月) 10時から先着順

主催 くらしネット「住まい」

## ぱるメール

### みんなの伝言板

ご意見・感想をお寄せください。

〒534-0024 大阪市都島区東野田町1-5-26

おおさかバルコープ 機関紙ぱるタイム係

eメールアドレス paltime@palcoop.or.jp

※いただいた声は「ぱるメール」や、商品案内・ホームページ、広報・宣伝活動で掲載させていただくことがあります。ご了承ください。お預かりした個人情報はプレゼントの発送やバルコープからの問い合わせ以外には使用いたしません。

### バルコープ城東組合員会館3階に

### 常設型子育て広場

### バルちゃん広場すくすく

12月1日 午前10時 オープン!!

12月 すくすくの開いている日

火曜日	木曜日	10:00~15:00
1日	3日	予約なしで 出入り自由
8日	10日	昼食持参可
15日	17日	参加費は 1家族100円です
22日	24日	

### 《常設型子育て広場って?》

赤ちゃんから就学前のお子さんとその保護者や、これからママになる人が気軽に立ち寄り、ほっと出来る「居場所」です。

主催：おおさかバルコープ 子育てサポートステーション

問い合わせ先：組合員活動サポートセンター

TEL 0120-299-244

FAX 0120-299-230

### 親しみがわきました

福島区 釜野泰穂子さん

今年9月から配達の担当者さんが変わりました。少し人見知りな私は不安でしたが、毎週手書きのお知らせを入れてくれていて、楽しく読ませていただきました。イラストもたくさん描いてあり、自分の家族の紹介もしていただき、すくすく親しみがわきました。

### 中学生だった息子もパパに

寝屋川市 小幡悦子さん

今から20年以上も前、職場で生協のグループ購入をしていた頃、中学生の息子が、よく自転車で品物を取りに来てくれました。その息子も結婚し、昨年暮れにできた娘に現在、デレデレのパパです。

## なるほど!

### ぱるむQ&A

**A** 最近、家族葬を希望される方も多く、そのうちご心配もたれると思います。その時は、担当葬儀社がお手伝いさせていただきますのでお申し付けください。葬儀は非日常のことです。このような疑問や不安は誰もがもっています。少しいことが気持ちをお話ししていただくだけでも、不安を安心に変えていただけます。

**Q** 親族が少ないのですが、出棺の時などお手伝いをお願いしたいのですが、いいのでしょうか。

葬儀や弔事に関する、あらゆる疑問や質問にお答えします。下記までお寄せください。



おおさかバルコープ 葬祭サービス

お葬儀の受付は365日 24時間受付

ご相談、お問い合わせ 9:00~18:00 (月~金)

18:00~翌朝9:00と、土曜・日曜はぱるむ協力が直接対応します。

ぱるむ案内センター ☎0120-299-201