〒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
ｅメールアドレス　paltime@palcoop.or.jp

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。

ゴーヤごはんの甘辛牛丼は最高
枚方市　柴田　祐子さん

今回のゴーヤごはんの甘辛牛丼は、カロリーも低くて早速作りました。昼食にいただきましたが好評でした。簡単で少しの時間で作れて最高です！

やってみたいですね、ゴーヤの牛丼
寝屋川市　牧　公子さん

この夏ゴーヤがたくさんできました。なかなか食べ方がわからなくて困っていました。ゴーヤの牛丼は変わった食べ方なので、やってみたいですね。

見ているだけで行ったような気分に
城東区　安田　みゆきさん

29号の裏に載っていたブルーベリー・トマト収穫ツアーは、見ているだけで楽しさが伝わってきて、行ったような気分になりました。

秋はお米がおいしいですね
此花区　瀬原　かおりさん

宇川さんの「富山コシヒカリ」の記事を見て、食べたくなりました。秋はお米がおいしいですね！

今回は「富山コシヒカリ」を注文します
港区　西田　万里子さん

ぱるタイムの記事を読んで「富山コシヒカリ」が食べてみたくなりました。いつもは違うお米を生協で注文していました。今回は「富山コシヒカリ」を注文します。

生産者の方の声注文の参考にしています
交野市　三宅　弘美さん

昨年のぱるメールなどで一株トマトに興味を持ち、はじめて注文しました。とてもおいしいくいただき、子どもたちは切らずに、まるかじりでした。生産者の方の声、注文の参考にしています！

配達でお世話になった方の顔写真…懐かしく
城東区　北川　てい子さん

29号では、クイズの横のページに、以前配達でお世話になっていました、三津さん（都島支所）の顔写真が載っていて、懐かしく感じられ、元気にされているんだなぁと嬉しかったです。

北川さん、ありがとうございます。話が弾んでいる仲の良い班で、僕もまぜてもらうのが楽しみでした。（三津）

45年前を思い出す
大東市　辻村　満佐世さん

45年前農家に嫁ぎ、見よう身まねで手伝った。苗とり、稲かり、三軒棒にかける段階で私が束ねた稲束がどうしても、ほどけてハラハラした事を思い出しました。今は、お米は作ってませんが…。

化粧品もオールCOOP
守口市　平賀　陽子さん

化粧品もオールCOOP、たくさんの種類から選べて安心して使っております。チークカラーも、ぜひRBチークカラーを使ってみたいです。

産地の生の声で安心
北区　原野　靖子さん

ぱるタイム、いつも参考にさせていただいてます。商品一つひとつの産地に直接行って聞いた生の声を書いていることは消費者に安心を与えていると思います。これからも、安心、安全、リーズナブルな「コープ」でお願いします。

産地の情報、生産者さんのお話が楽しみ
四條畷市　村上　玲子さん

ぱるタイムは、程よい情報量で忙しい週でも毎号開いて見ています。産地の情報、生産者さんのお話が楽しみです。プチ社会見学のようで、この歳になって初めて知ることもあり嬉しいです。（笑）

ぱるタイムで「ペット葬」のことを知りました
枚方市　加藤　美香さん

今回ぱるタイムを読み、ペット葬があることを知りました。まだまだとは思いたい事ですが、知っておきたい事なので詳しい事はホームページを見たらいいと分かり良かったです。

イベント情報 Event information

パルちゃん広場ぽっかぽか

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) 就学前のお子さんと保護者
(¥) １家族１回100円

寝屋川
日時　11月９日(火)10：30～13：30
場所　寝屋川組合員会館

※昼食持参可。希望者には軽食の用意ができます(有料・当日申し込み)。離乳食はご持参ください。
(主) パルちゃん広場ぽっかぽか寝屋川

なかよしぽぽろ　講演会

日時　11月22日(月) 10：00～12：00
場所　今津組合員集会室　２階ホール

(内)「ちょっと気になる子どもの発達と子育て」
講師　青木　道忠さん（大阪発達支援センターぽぽろ所長、NPO子ども・若もの支援ネットワークおおさか副理事長）
子どもの発達・学習のおくれや行動などが気になっている方、学びたい方、どうぞお気軽にお越しください。
※保育はありません
(問) 大阪発達支援センターぽぽろ
☎06－6964－0703(火～土　9：30～18：00)
(主) グループ「なかよしぽぽろ」

いきいき昼食会

あべの
日時　11月11日(木)11：30～13：00
場所　阿倍野組合員会館

(対) 65歳以上の方
(¥) 500円
(M) ホイル焼き、春雨のあえもの、ナスのみそ炒め、スープ、果物
(締) 11月10日（水）
(主) いきいき昼食会阿倍野

城　東
日時　11月11日(木)11：50～13：30
場所　城東組合員会館

(対) 65歳以上の方
(¥) 500円
(M) お祝いメニュー
(締) 11月８日（月）
(主) いきいき昼食会城東

おかげさまで100回目の昼食会を開催できました。お楽しみ会も盛りだくさん企画します。

ガイドヘルプ(手引き)学習・講習会

日時　11月16日（火）・11月24日（水）
10：00～12：00
＊但し、２回とも参加できる方
（過去に受講された方も可能）
場所　交野組合員集会室

ガイドヘルプは、視覚障がい者に付き添って、歩行介助、誘導する方法です。アイマスクを付け、視覚障がい者の立場を理解していただきます。
講師　社会福祉法人　日本ライトハウス
※保育あり　１歳以上が対象
(締) 11月12日（金）
(申・問) 組合員活動事務局
☎　06－6242－0904
FAX 06－6242－0926
(主) くらしネット「福祉」
（日生協福祉活動推進助成事業）

コープカルチャーフェスティバル

日時　11月27日(土) 10：00～15：00
場所　寝屋川組合員会館

(内) ・フロアーショー・展示・体験・喫茶・フリーマーケット・紙芝居
(主) 寝屋川カルチャー講師連絡会

手話学習・講習会

日時　11月８日(月)・11月22日(月)
12月15日(水)・12月22日(水)
いずれも10：00～12：00
＊基本は４回連続の講座です。
場所　パルコープ本部(京橋)会議室

手話は、聴覚障がいの人たちとの心のつながりを持つための、大切なコミュニケーションの方法の一つです。知っておくと便利な単語や、基本的な会話の表し方などを学びます。
講師　森崎順子さん・近藤良子さん
※初めての方・過去に受講された方・ボランティア登録された方・どなたでも申し込みができます。
※保育あり　１歳以上が対象
(締) 11月５日（金）
(申・問) 組合員活動事務局
☎　06－6242－0904
FAX 06－6242－0926
(主) くらしネット「福祉」
（日生協福祉活動推進助成事業）

保障の見直し講座　～生命保障編～

日時　①11月13日(土) 13：00～15：00
②11月25日(木) 10：00～12：00
場所　①パルコープ本部(京橋)
２階会議室
②枚方公園店　組合員集会室

(内) 保険のイロハを学び、公的保障を知ってわが家の必要保障を考えます
(¥) 500円
※保育はありません
(締) ①11月11日(木)　②11月23日(火)
(主) グループ「ＬＰＡの会」

サロン　東中浜あつまぁ～る

日時　11月19日(金) 11：00～13：00
場所　東中浜店　２階組合員集会室

心癒されるふれあいサロンとして８年目となりました。毎月１回開催中です。
次回は12月１日(水)です。
(M) ランチセット、うどん　各100円
コーヒー、紅茶、ジュース　各50円
(主) くらしネット「サロン東中浜あつまぁ～る」

〈共通略記号〉

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

・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。
・組合員会館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問い合わせ・申し込み先は
組合員活動サポートセンター
0120－299－244　FAX 0120－299－230
携帯・PHSからは　☎ 06－4801－7648
（月曜・土曜　9：00～17：00
火～金曜　9：00～18：00）

次回ぱるタイム発行は11月８日です。