

もっとパルシステムで楽しもう

ぱるくみ ガイド



～パルシステム山梨組合員活動ガイドブック～



はじめに

生協は、組合員同士が共に力をあわせ、自分たちの暮らしを守り、心豊かにくらししていくことのできる地域社会づくりを進めていくための、協同組合組織です。

生協へ加入する、商品を利用する、活動に参加する、企画づくりや運営に携わるなど、生協への参加が高まることは、私たちの掲げる理念の実現につながります。

パルシステム山梨は、多くの組合員参加を通じ、人間力を育て、組合員や地域社会にとって価値ある生協、オンリーワンの生協でありたいと考えます。

そのために、組合員一人ひとりがパルシステム山梨を知り、新たな一步を踏み出すきっかけとなることを願い、「ぱるくみガイド」の作成にいたしました。

パルシステム山梨の組合員活動は、組合員の主体的な参加の場です。

多くの皆さんの参加を通じ、私たちの生協をみんなで育てましょう。

パルシステム山梨の組合員活動は…

◆ 目指しましょう!! ◆

1. いきいきと、楽しい、組合員主体の活動をめざします
2. より多くの組合員参加をめざします
3. 地域も含め、多様なつながりをめざします

◆ 掲げましょう! ◆

1. 出会い、ふれあい、学びあい、共に成長します
2. パルシステムへの理解と共感をひろめます
3. 暮らしの今を見つめ、より良い地域社会を作っていきます
4. ひとりひとりの想いを出しあい、みんなの夢を実現します

◆ 守りましょう! ◆

1. みんなの声と力で活動します
2. 組合員活動の輪をひろげます
3. 組合員としての視点を大切にして取り組みます
4. ひとりひとりが、できることをします

もくじ

「私たちセンター応援団★」センターサポーター活動 ……………	P6
「新たな自分を発見できちゃう?!」劇団ぱるぱる ……………	P7
「子育てママの強〜い味方!」保育活動 ……………	P7
「自分のスキルを活かしちゃおう♪」バイザー活動 ……………	P8
「自分のスキルを活かしちゃおう♪」PLA活動 ……………	P9
「自分のスキルを活かしちゃおう♪」LPA活動……………	P9
「みんなのやりがい応援しちゃう★」サークル活動 ……………	P10
「パルシステムの部活動(^-^)」ぱる活動 ……………	P10
「広く地域で頑張ってます!」地域社会活動……………	P11
「社会の課題に皆で取り組む」課題推進チーム ……………	P11
「商品開発に参加できちゃう♪」商品開発チーム ……………	P12
「自分の目で確かめよう!」公開確認会監査人 ……………	P12
「気軽に参加しよう!」お試し活動 パルカフェ・イベント参加 ……………	P13



組合員活動



次のページからの

ってな~に??



活動紹介へGO!! →

私たちセンター応援団★

センターサポーター



センターサポーターはセンターの応援団!甲府・一宮・西桂の3つのセンターがあるけど、自分が配送してもらっているセンターで活動するの。パルシステムの商品の魅力を伝えたり、使い方やお料理の仕方を伝えたりもしているのよ。

甲府センターサポーター主催『きちんと育てたチキンを知ろう』



サポーターメンバーの声

- ・初めてサポーターをしましたが楽しかったです。私たちが楽しければ参加者も楽しいと思いますので、来年も継続したいです。
- ・組合員になって2年、サポーターになって1年、元来会議は嫌いなのですが、メンバーのみなさんに会うのは楽しみでした!

一宮センターサポーター主催『春の御膳』



サポーターメンバーの声

- ・とても楽しかったです。組合員さんや色々な商品との出会いが沢山ありました。
- ・一年間楽しかったです。こういう機会はなかなかないのでポケ防止にもいいかな?

西桂センターサポーター主催『和スイーツでほっこりタイム』



サポーターメンバーの声

- ・パルシステムに加入したばかりで何も知らない私でしたが、商品について様々なことを学ぶことができ、パルシステムを始めてよかったなと思いました。
- ・子どもの世事に明け暮れる毎日、ここにきて自分の時間を持つことができました。保育さんと仲間たちに感謝です。センターサポーターを通じて得られた体験と仲間は一生の宝物です。

新たな自分を発見できちゃう?!

劇団ぱるぱる



パルシステムで劇団?!なんてびっくりしちゃうでしょ。食や田畑の大切さを劇を通して伝えているのよ。シナリオはパルシステムオリジナル★こんせんくんやパルレンジャー-KOZIはどこに行っても人気者よ。



パルレンジャー
KOZI

公演依頼も随時受付中!!



子育てママの強〜い味方!

保育活動



パルシステムのイベントには『保育付き』が多いでしょ。その保育は組合員が『組合員さん同士のたすけあい』の気持ちで活動してくれているの。小さい子供がいてもイベントに参加出来たり活動できるのは、保育活動の組合員の力なのよ!

(県立男女共同
★参加費：無 料 ★定
★保 育：あ り
★持ち物：マイカッ、筆記用
★申し込み必切：3/3 (金)

<問合せ・申し込み先>
パルシステム

イベントだけじゃなくて、ママが活動している間(会議・定例会)の保育もしているよ。



『保育あり』のイベントは、1人目300円、2人目以降は無料で保育が利用できるのよ!

保育活動者さんの声

何回か保育した子が、次に会った時に覚えてくれていた時は、本当にうれしいです。



教えあい活動

自分のスキルを活かしちゃおう♪



自分のスキルや知識を組合員や地域に伝える活動よ。参加者はもちろん、活動者同士でも教えあって、助け合って、学びあいながら活動しているの。大きく3つの活動があるわ。

1 バイザー活動

食育バイザーと環境バイザーの二つがあるわ。どちらも養成講座を修了してパルシステム山梨から任命された組合員達よ。食や環境の出前講座を地域に向けておこなっているの。



内容:食育エプロン

- ・子どもの人数が多くてじっと座って聞いてられない子もいましたが、子供たちはとても喜んでくれました。
- ・最後に皆さんで歌を歌ってもらいました。すごく感動しました。

バイザーさん達の活動の声

内容:手洗きはがきつくり

- ・活動後に子どもさん達が手話でお礼をして下さり感激しました。
- ・話も興味を持って聞いてくれました。素敵な子供たちでした。



現在20種類の様々な出前講座のメニューに対応しています。どなたでもご利用できますので興味のある方はお問合せ下さい!

2017年度「出前講座」メニュー pal+system パルシステム山梨

項目	講座名	内容	所要時間	材料費	対象世代
環境	手洗きハガキ	紙資源のことを考えるとともに、自分で物を作る楽しさを体験できます。	60分～	無料	全世代
	自然派！お掃除講座	自然素材を使用したシンプルで手軽なお掃除術を学びます。	60分～	無料	全世代
NEW	お米を使ったおやつ	日本人の食生活に欠かせないお米を使った、美味しくてもちもち良いおやつを作ります。お米のパワーや魅力を学びます。	90分～	1人 200円	小学生以上
	ジュースを知ろう	市販のジュースにはどの位の砂糖が入っているかご存知ですか？ジュース作りを通して砂糖の摂取量を学びます。	30分～	無料	小学4年生以上
	たのしい手づくりザク煎しパン	パルシステムのホットケーキミックスを使ったおやつ作りです。おやつ選び方やおやつ提供の注意点を学びます。	60分～	1人 200円	全世代 3年生以下は親子で
	食品添加物	天然着色料と合成着色料の違いや、食品添加物として多く使用される着色料について、簡単な実験(火気を使用します)を通して学びます。	30分～	無料	全世代 小学生未満は親子で
	豆腐づくり	お豆腐作りを通して、遺伝子組換え食品を考えます。	150分～	1人 200円	小学3年生以上 *10名以上～

2 PLA活動

PLAは、(P) パルシステム・(L) ライフ・(A) アシスタントの略。パルシステムのPLA養成講座を修了したパルシステム商品のスペシャリストよ。パルシステムの商品を通して色々な情報を組合員に提供しているのよ。



自然派!おそうじ講座の様子



ダシの魅力伝えるイベントの様子



PLAさんの声

PLA活動で楽しいのはチームとして動いていく事。PLA同士で助け合って、教えあって、みんなでいいものを作っていることです★



3 LPA活動

LPAは(L) ライフ (P) プラン (A) アドバイザーの略。LPA養成セミナーを修了した皆さんよ。「暮らし」を見直すための出前講座や学習会もしているわ。くらしに役立つ情報を色々提供しているのよ。



出前講座 『お小遣いゲーム』 の様子



LPA 主催：くらしの見直し講演会



LPAさんの声

今、講演会や出前講座でお知らせしていることは、LPAの学んでいる分野のほんの一部なので、もっと幅広い知識をみなさんにお伝えしていきたいです。



みんなのやりがい応援しちゃう

サークル活動



音楽、お料理、スポーツ、ヨガやアロマ、自分が興味のあることが気軽にできるグループ活動よ。組合員活動の第一歩にはおすすめの活動だと思うわ♪

私たちこんな活動しています♪



笑いヨガで心と体の元気をひき出す活動をしているグループです。

歌とウクレレで施設をまわり、歌う楽しさを分かち合っています。



日常に活かせる英会話を習得するため、自分に起きた出来事を英語で表現しています。



パルシステムの部活動(^-^)

ぱる活動



パルシステムがみんなに伝えたいこと、食や農業の大切さ、環境やくらしを良くする活動を一緒に頑張っているグループよ。パルシステムで部活動している感じかな？

私たちこんな活動しています♪



食の安全について学び、それを組合員さんに伝えて、食の大切さに気付いてもらうきっかけを作る活動をしています。

活動を通して自然にも人にも優しくエコな生活をすすめています。自分自身を健康にする健康増進活動もしています。



活動を通じて、県内での地産池消を目指し、うまい甲斐生産者と組合員さんの橋渡しをしていきたいと思っています。

日本食の歴史や文化も合わせて高齢者から子どもまで幅広い世代で「お米・日本食」をもっと好きになる活動を進めています。



広く地域で頑張ってます!

地域社会活動



パルシステムを飛び出して、地域の中で活動しているグループよ。
みんなが楽しくいきいきと暮らせる地域になるように頑張っているの。

♪ 私たちこんな活動しています♪



児童養護施設の子
ども達への支援交
流をしています。

『集いを通して人と人がつながり、みんなで心豊かな人生をおくりたい』と願う仲間が集まって、年3回程度の講演会や音楽会など様々な会を開いています。



休耕田を借りてお米作りをしています。食を通して地域、児童、高齢者との交流をしています。



社会の課題に皆で取り組む

課題推進チーム



パルシステム山梨の今必要とされている課題にみんなで取り組む活動よ。役員、職員、私たち組合員と一緒に学んで、知って、伝えて、広めていく活動よ。

♪ 2017年度はこの3つの推進チームがあるのよ♪

①私にもできる!
『フェアトレード』



②私にもできる!
『CO₂削減』



③私にもできる!
『復興支援』



商品開発に参加できちゃう

商品開発チーム



何と! パルシステムのカタログに載る商品の開発に協力できちゃう活動よ! 私たち組合員の想いや視点・意見を反映した商品をメーカーさんと一緒に考えて開発していくのよ。

パルシステム山梨の組合員開発協力商品★

組合員が
開発協力
しました

カタログの
このマークが目印よ!



厚揚げの詰め物煮セット



までっこ鶏スペアリブ
カレーだっ手羽!



めぐる森のプレートセット

自分の目で確かめよう

公開確認会監査人



『公開確認会』はね、産地で生産者さんの努力や取り組みを私たち消費者自身が確かめるシステムなの。その産地の取り組みを資料や現場を通じて確認する役目をするのが『監査人』なのよ。



公開確認会の様子



監査人講習会の様子



監査人には『初級』と『中級』の2種類があるわ。どちらも講習を受けた組合員が『修了証』をもらえるのよ。

気軽に参加しよう♪

お試し活動



組合員活動に関心や興味はあるけど、いきなり登録はちょっと…と思っている皆さんの為の活動をお試しいただける場よ。希望すれば、体験参加できちゃう予定なんですって♪



気軽に参加しよう♪

パルカフェ



パルシステムの商品や活動はもちろん、色々な情報交流の場として、組合員が気軽に集まって、お話できる場よ。
2017年度は、甲府、一宮、西桂の各センターのエリアでこの『ぱるカフェ』を開催する予定なんですって♪



気軽に参加しよう♪

イベント参加



まずは、パルシステム山梨の中で企画されているいろいろなイベントに参加することで、活動に触れてみるのも良いんじゃないかしら。

イベントの企画は、カタログと一緒に入っているチラシやパルシステム山梨ホームページで確認できるわよ。





★ Illustration by 律★

皆さんのご参加をお待ちしています！



パルシステム山梨の理念

愛・夢・輝き



掲載の活動についてのお問い合わせ先

生活協同組合パルシステム山梨 運営室

〒400-0051 山梨県甲府市古上条町225-1

TEL:055-243-6327/fax:055-243-6359

E-mail:yamanashi-unnei@pal.or.jp