

みんな  
あつまれ

# お料理セットと

# スイーツの

# いいじかん

作  
っ  
て  
食  
べ  
て  
お  
し  
ゃ  
べ  
り  
す  
る  
楽  
し  
い  
時  
間



短時間で調理できる「お料理セット」とパルの食材を使った「おにぎり」をみんなで作ります。暑い夏の食事作りをお料理セットで簡単に！おにぎりは夏休みのお昼ご飯にもGOOD！スイーツもご用意して、皆さまのご参加お待ちしております。

おにぎり  
good



お料理セット  
当日の種類はお楽しみに☆

7.15 WED | 7.16 THU

会場  
パルシステム山梨 長野  
諏訪センター  
長野県諏訪市中洲4836

会場  
八田ふれあい情報館  
山梨県南アルプス市榎原800

11:00~13:00

11/24・25  
西桂・一宮エリアでも  
開催予定！

詳しくは  
裏面を  
ご覧ください！



# お料理セットと

# スイーツの

# いいじかん

7.15<sup>WED</sup> | 7.16<sup>THU</sup>

参加費 無料

定員 各会場15名程度

\*応募多数の場合は抽選とさせていただきます。  
\*参加決定は後日メールまたはお電話にてお知らせいたします。

保育 各会場5名程度

1人300円 2人目以降無料

\*申込多数の場合は調整させていただきます。

持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル  
マスク・筆記用具・飲み物



組合員  
限定企画

申込締切  
6/28(日)

## お申し込みはこちら

2次元コードを読み込み必要事項を入力  
またはメール・お電話にて  
以下をお伝えください

- ①お名前
- ②組合員番号
- ③メールアドレス
- ④日中の連絡先
- ⑤希望する会場
- ⑥保育の有無(人数)



申込フォーム

## 当日の流れ(予定)

10:45 受付開始  
11:00 イベントスタート  
11:15 調理開始  
12:00 試食・交流  
13:00 終了

## お問合せ

パルシステム山梨 長野 組織運営課  
055-243-6327 (月~金 9~17時)  
yamanashi-unnei@pal.or.jp