

過剰摂取すると健康リスクの心配があるといわれている「トランス脂肪酸」。毎日の食事でどんなことに気を付けたらいいのでしょうか。

トランス脂肪酸は、固体の油脂を作り出す硬化処理や、においや不純物の除去のための高温脱臭の際に生ずることが知られています。

固体化した油脂は、クッキーをサクとした食感にしたり、品質安定の向上(油脂の劣化防止)などに利用されています。

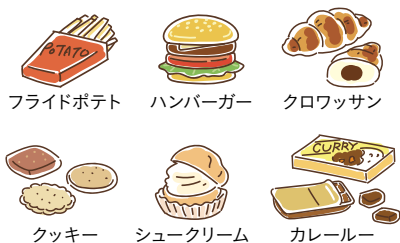
ココがわからない!

トランス脂肪酸ってどんな食品に含まれているの?

工業的に油脂を加工・精製する際に生じるものですが、天然の食品のなかにも。

じつは、反芻動物(牛、羊、山羊など)の胃の中で微生物によって生成されるトランス脂肪酸もあり、その肉や乳、それらの加工品にも微量ですが含まれています。

トランス脂肪酸を含む食品



ココが知りたい!

パルシステムの商品は怎なの?

取引先の協力を得ながら、用途用法をよく考えて商品づくりをしています。

固形油脂がなければ、製造できない商品もあります。そんななかパルシステムのパンを製造するパルブレッドでは、部分水素添加をせずに精製することでトランス脂肪酸の含有率を1%未満に抑えたショートニングを使用。

また、米ぬか油が原料の『毎日のマーガリン』は、原料の吟味や精製方法の改良でトランス脂肪酸を設計理論値で1g(製品100g中)にしています。

食品メーカーの努力により、一般的にもマーガリンやショートニングに含まれるトランス脂肪酸はここ10年ほどで低減しています。

ごはんを中心とした日本型の食生活を心がけることで、過剰摂取を避けることができます。

「カタログ」に掲載されているマークについて

遺伝子組換え表示 遺伝子組換え対象外の商品には表示しません。

表示方法の表: 不使用, 主原料不使用, 副原料不分別, 不分別

アレルギーの表示 アレルギーのある方は、商品包材の表示を必ずご確認ください。

アレルギー表示の表: 表示品目, 表示方法

青果・米・卵・酒・非食品を除くすべての商品のうち、原材料に特定原材料7品目と大豆が含まれている商品には、その品目を略称で表示しています。

各種マークの説明: pal, 組合員開発, 産直, 産直原料, 日本生活協同組合連合会が開発した商品, リニューアル, 2点得, 特別価格, 通常品と同仕様, 増量, ポイントマーク, レンジ, トスター, ボイル, フライパン, 揚げ, レンジのみ, 賞味期限表示, 消費期限表示, 原料原産地, 原則として, 値下げ, いっしょに



ひとことメール

あなたの声をお寄せください

お気に入りの商品や商品への要望、誌面についての感想はもちろん、誰かに伝えたい、話したいことなど、どんなことでもOKです。

インターネットでも受付中! パルシステム ひとこと 検索

商品名もしくはタイトル ※何についてのご意見を記入してください。

お問い合わせフォームの記入欄

※ご記入ありがとうございます。ひとことメールは今後の商品開発・改善、誌面作り、パルシステムの事業運営に役立ててまいります。

お名前(フリガナ)と組合員番号の記入欄

生協使用欄の表

所属センター⇒生協本部⇒組合員の声推進課

リユース・リサイクル情報 (2021年4月～5月累計) の表

配達・利用についてのお問い合わせ

配達・交換、返品、請求関係、休止、住所変更などの問い合わせ先

パルシステム山梨、パルシステム群馬のセンター情報

商品についてのお問い合わせ

商品情報ダイヤル 0570-011-099

その他のお問い合わせ

コープ共済センター、共済連保険事務センターの問い合わせ先

日常生活の悩みや困りごとに関するご相談

くらしの相談ダイヤル

社会福祉士、消費生活アドバイザー、FPなど専門家による電話相談

子育て相談ダイヤル NPOママ・サポート 0120-410-227

※ナビダイヤルは有料です。パルシステムの配送エリアからは固定電話の場合、一律1分10円+消費税でご利用いただけます。

パルシステムの商品は転売禁止です。商品の返品・交換についての注意

「ちょっと気になる！トランス脂肪酸 Q&A」

過剰摂取すると健康リスクの心配があるといわれている「トランス脂肪酸」。毎日の食事でどんなことに気を付けたらいいのでしょうか。

そもそも「トランス脂肪酸」ってなあに？
トランス脂肪酸は、固体の油脂を作り出す硬化処理や、においや不純物の除去のための高温脱臭の際に生ずることが知られています。

固体化した油脂は、クッキーをサクとした食感にしたり、品質安定の向上(油脂の劣化防止)などに利用されています。

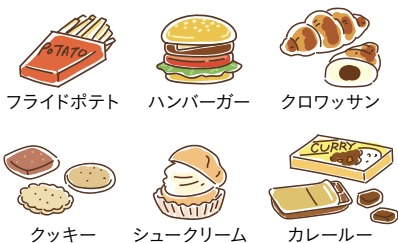
ココがわからない！

Q. トランス脂肪酸ってどんな食品に含まれているの？

A. 工業的に油脂を加工・精製する際に生じるものですが、天然の食品のなかにも。

じつは、反芻動物(牛、羊、山羊など)の胃の中で微生物によって生成されるトランス脂肪酸もあり、その肉や乳、それらの加工品にも微量ですが含まれています。食品例では、マーガリン、ショートニング、食用植物油、加工油脂と表示されているものに含まれていて、その含有量は商品によってかなりのばらつきがあります。

トランス脂肪酸を含む食品



ココが知りたい！

Q. パルシステムの商品は怎なの？

A. 取引先の協力を得ながら、用途用法をよく考えて商品づくりをしています。

固形油脂がなければ、製造できない商品もあります。そんななかパルシステムのパンを製造するパルブレッドでは、部分水素添加をせずに精製することでトランス脂肪酸の含有率を1%未満に抑えたショートニングを使用。

また、米ぬか油が原料の『毎日のマーガリン』は、原料の吟味や精製方法の改良でトランス脂肪酸を設計理論値で1g(製品100g中)にしています。

食品メーカーの努力により、一般的にもマーガリンやショートニングに含まれるトランス脂肪酸はここ10年ほどで低減しています。

ごはんを中心とした日本型の食生活を心がけることで、過剰摂取を避けることができます。

「カタログ」に掲載されているマークについて

■遺伝子組換え表示 遺伝子組換え対象外の商品には表示しません。
※この表示の適用範囲は、水産、畜産、惣菜食品、冷凍食品、パン、牛乳、加工食品、調味料、飲料、菓子です。
※遺伝子組換え対象作物:大豆、とうもろこし、じゃがいも、菜種、綿実、アルファルファ、てん菜、パパイヤ

不使用	GMO 不使用	原料のすべてにおいて遺伝子組換え原料を使用していない
主原料不使用	GMO 目録非表示	原料のなかで水を除く、構成比5%以上のものは非遺伝子組換え原料を使用。ただし、5%未満の原料に不分別の原料が使われている
副原料不分別	GMO 目録非表示	原料のなかで水を除く、構成比5%以上のものは遺伝子組換え対象外の原料を使用。ただし、5%未満の原料に不分別の原料が使われている
不分別	GMO 不分別	原料のなかで水を除く、構成比5%以上のものに、不分別の原料が使われている

■アレルギーの表示 アレルギーのある方は、商品包材の表示を必ずご確認ください。

表示品目	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	大豆
表示方法	卵	乳	麦	そ	落	え	か	豆

青果・米・卵・酒・非食品を除くすべての商品のうち、原材料に特定原材料7品目と大豆が含まれている商品には、その品目を略称で表示しています。

※大豆を除く特定原材料に準ずる20品目については、表示していません。
※コンタミネーション表示については、特定原材料7品目と大豆で、かつ製造者から情報提供をいただいた商品のみの表示となっています。(乳)(卵)のように()で表示しています。

pal	パルシステムが独自開発したオリジナル商品	リニューアル	仕様や量目などを改善した商品
組合員開発	商品開発チーム(※)などが、商品開発に協力した商品 ※多くの組合員の声や暮らしの視点をメンバーがまとめて商品づくりに生かす各生協の組合員のチーム。	2点得	2点以上の注文で表示の値引き額に税率を乗じた金額を税込価格から値引きします(端数は四捨五入)
産直	主原料で、かつ当該商品を製造するうえで不可欠な原料に産直提携の水産品を使用した商品	特別価格	今回値引きしている商品 ※規格と価格が、赤い帯に白文字表記になっています。
産直原料	主原料で、かつ当該商品を製造するうえで不可欠な原料に産直提携の商品を使用しており、かつその原料が100%産直商品の加工品	通常品	通常品と同仕様で、容量が多い分、お得な商品
	日本生活協同組合連合会が開発した商品	増量	通常時に比べ、価格は変わらず、容量増となっている商品 ※規格と価格が、赤文字表記になっています。
	※青果では翌週まで表示。次回未定の表示は省略しています。産地や規格が次回では異なる場合も同一商品として扱っています。 ※次回企画は予定ですので、諸事情により変更になることがあります。	商品ポイント	ポイントマークが付いた商品は、購入点数分、表示のポイントが付きます
返月	※青果では翌週まで表示。次回未定の表示は省略しています。産地や規格が次回では異なる場合も同一商品として扱っています。 ※次回企画は予定ですので、諸事情により変更になることがあります。	レンジ	トスター ボイル フライパン 揚げ器 レンジのみ
返週		賞味	賞味期限表示を行っている商品に表示(180日以内)。お届け日からの期間ではありません。
返々週		消費	消費期限表示を行っている商品に表示。 ※牛乳および商品の消費期限表示が5日以内の商品、6日以内の肉類は、お届け日からの日数を表示。
リユース・リサイクル	リユース・リサイクルするもの(紙パック・びん類・野菜の通い箱等)	原料	原料原産地(メーカー) (食品) 原料原産地:パルシステムが独自に開発したオリジナル商品(農産、精肉、パン、酒類は対象外)のみ表示(主原料とその原産地を表示)。(メーカー):メーカー名、(商):最終製造者の所在地 ※日用雑貨は生産国を表示します。
容器	容器包装や付属(ストローなど)のプラスチック削減に取り組んだ商品	値下	値下げした商品
今回限り	原則として、そのシーズン中に1回のみ登場する限定企画の商品	いっしょ	いっしょに注文すると、それぞれ表示の値引き額に税率を乗じた金額を税込価格から値引きします(端数は四捨五入)

✂キリトリ線

Kinari ひとつことメール

あなたの声をお寄せください

お気に入りの商品や商品への要望、誌面についての感想はもちろん、誰かに伝えたい、話したいことなど、どんなことでもOKです。たくさんの声をお待ちしています。

インターネットでも受付中!

●商品名もしくはタイトル ※何についてのご意見かをご記入ください。

●お名前(フリガナ) ※匿名希望の方は未記入。 ●組合員番号(注文用紙上部に印字された8ケタの数字)

●ご利用の生協名・センター名 ●差しつかえなければ、該当する年代に○をつけてください。

パルシステム センター

10~20代 30代 40代 50代 60代 70代 80代以上

※ご記入ありがとうございます。ひとつことメールは今後の商品開発・改善、誌面作り、パルシステムの事業運営に役立ててまいります。※いただいたひとつことメールについては、基本的に個別回答は行いませんのでご了承ください。なお、誌面で紹介する場合は、必ず事前に連絡いたします。

●お名前(フリガナ) ※匿名希望の方は未記入。	●組合員番号(注文用紙上部に印字された8ケタの数字)
●ご利用の生協名・センター名	●差しつかえなければ、該当する年代に○をつけてください。

※お預かりする組合員情報は、パルシステムが責任をもって管理します。 2021年7月4回

生協使用欄	センター受付日	対応	センター長印	パル受付日	管理番号

所属センター→生協本部→組合員の声推進課

リユース・リサイクル情報 (2021年4月~5月累計)	回収率	リユースびん...60.4%	AB、ヨーグルトカップ...27.3%	紙パック...63.6%
<input type="text" value="パルシステム"/> <input type="text" value="リサイクル"/> <input type="button" value="検索"/>		米袋...54.4%	プラスチック袋...26.6%	商品カタログ...66.6%

配達・利用についてのお問い合わせ

■配達、交換、返品、請求関係、休止、住所変更など

パルシステム東京・パルシステム神奈川・パルシステム千葉・パルシステム埼玉
パルシステム茨城 栃木・パルシステム福島・パルシステム静岡・パルシステム新潟ときめき

【パルシステム問合せセンター】

0120-868-014

月~金曜日:9時~20時 土曜日:9時~17時

※お問い合わせ内容の確認とサービス向上のために、通話の内容を録音しております。

パルシステム山梨	パルシステム群馬
甲斐センター ■0120-28-5891	高崎センター ■0120-60-5118
西桂センター ■0120-32-1061	渋川センター ■0120-36-3315
一宮センター ■0120-21-9898	東毛センター ■0120-63-3735

商品についてのお問い合わせ

■原材料、賞味期間、使い方、レシピなど

【商品情報ダイヤル】

0570-011-099

月~金曜日:10時~17時

お問い合わせをいただいた際、お名前、組合員番号、電話番号を伺います。

その他のお問い合わせ

■CO・OP共済 ■各種保険

コープ共済センター 共済連保険事務センター

0120-50-9431 0120-201-342

月~土曜日:9時~18時 月~金曜日:9時~17時30分

■カタログ「Caica(かいか)」チケット、雑誌年間贈読、教材、国内旅行など
■カタログ「スクエア住まいとくらし」新築・リフォーム、太陽光発電、シロアリ防除、エアコンクリーニングなど住まいとくらしのサービス

サービス事業課 0120-114-312 月~金曜日:10時~17時

日常生活の悩みや困りごとに関するご相談

くらしの相談ダイヤル

一般社団法人 くらしサポート・ウィズ **03-6205-6720**

松本美代子弁護士による 電話無料相談(月1回)	田中記代美弁護士による 電話無料相談(隔月)
くらしの法律相談 8/25(水) 13時~16時実施。	離婚・DV相談 9/8(水) 13時~16時実施。
8/2(月)10時より予約開始。 相談時間はひとり15分。	8/16(月)10時より予約開始。 相談時間はひとり20分。

子育て相談ダイヤル

毎日の子育てで、わからないこと、困っていること、悩んでいること、聞いてみたいことがあったら何でもどうぞ! 子育てアドバイザーがお受けします。

NPOママ・サポート **0120-410-227** ※通話料は無料です。
火~金曜日:10時~16時30分 月・土・日・祝はお休み

※ナビダイヤルは有料です。パルシステムの配送エリアからは固定電話の場合、一律1分10円+消費税でご利用いただけます。携帯電話の場合は、ご本人の利用プランにより料金異なります。

パルシステムの商品は転売禁止です。
【商品の返品・交換について】 ●返品・交換ができる場合 ●食品以外の商品でカタログとのイメージ違い ●代替品がお気に召さない ●商品不良 ●返品・交換ができない場合 ●食品、衛生用品(ティッシュペーパー、オーラル用品など)、化粧品、肌着、植物・種、ペットフード、ポイント景品、チケット ●指定により加工した商品(名前シールなど) ●購入者の責任により傷や汚れが生じた商品 ●返品の交換の方法 ●商品お届け後8日以内にパルシステムにご連絡ください。