

ライフスタイルが変わってきたら

『Kinari』にしてみませんか?

もうひとつのメインカタログ

おとな中心の暮らしになったら、量よりも質を大切に商品や季節感のある企画で、より楽しみながら、注文してみませんか。『Kinari』にしかないこだわりの品を、たくさんご用意しています。

牛乳や卵など、定番品は『コトコト』と同じ品ぞろえです。



季節と食

旬の野菜を生かしたレシピを毎週紹介。

こよみ便り

エッセイスト・岸本葉子さんが、季節ごとに感じる日々への思いを語る人気コラム。



きなり専門店

伝統を受け継ぐ老舗や全国の有名店から、こだわりの品をお取り寄せ気分で。

今後のラインナップ

- 10月1回 誠味(せいみ) [和惣菜]
10月2回 兆星(ちょうぼし) [干物]
10月3回 日本橋錦豊琳 [菓子]
10月4回 高橋徳治商店 [練り物など]

巻頭特集

季節ごとの行事や暮らしに合わせて、毎週幅広いテーマで展開。

有名料理家を招いて、手軽に本格的な料理を楽しめるレシピ企画



サルボ恭子さん



旅先でのお土産選びのように、ご当地の名産品を楽しめる地方フェア



関西ならではの水産品も手軽に

今後のラインナップ

- 10月1回 『Kinari』人気No.1
10月2回 新米を楽しむ
10月3回 秋の和食
10月4回 新そば到来

変更はらくらく♪

10月1回から『Kinari』を利用できます。

(9月3回の注文とっしょに申し込んだ場合)

インターネットで変更

「メニュー」→「カタログの配付・停止」で『Kinari』を選択してください。
パルシステムアプリでは「メニュー」→「設定」→「カタログの配付・停止」



注文用紙で変更

裏面上部の「商品カタログ変更登録」欄に「3」と記入してください。(『コトコト』に戻したい場合は、「2」と記入)



Table with 2 columns: '不使用' and 'GMO不使用'. It lists various food items and their GMO status, such as '大豆', 'とうもろこし', 'じゃがいも', etc.

Table with 2 columns: '産直' and '産直原料'. It lists products like '産直の精肉' and '産直の水産品', along with their origins.

Table with 2 columns: '表示品目' and '表示方法'. It lists allergen information for products like '卵', '乳', '小麦', etc.

Information about delivery and usage, including contact details for the help site and a QR code for the help page.

Information about products, including contact details for product inquiries and a QR code for the product page.

Information about other inquiries, including contact details for various services like 'CO-OP共済' and '各種保険'.

Bottom section containing general terms and conditions, return policies, and contact information for various services.

パルシステムは  
第1回「ジャパン  
SDGsアワード」を  
受賞しました



# パルシステムで始めよう 社会にgoodなアクション

困っている人の助けになりたい、環境のことが気になる……。ほんの少しの気持ちさえあれば、始められることがあります。自分にも心地いいアクションを、おすまいの地域の活動のなかからぜひ見つけてみてください。

アクション

## 1 パルシステム千葉のこども・若者未来基金

子どもたちの未来を応援

児童養護施設などで生活を送る子どもたちは、原則18歳を迎えると施設を「卒業」します。基金は認定NPO法人ちばこどもおうえんだんが運営し、転居や学費、資格取得などの費用に。どんな境遇の子どもも自分らしく夢を描けるよう支援を行っています。



### 助成を受けた若者のコメント

「今年3月に福祉系の大学を卒業し、児童相談所に就職しました。こうして卒業できたのはみなさんの支援のおかげです。大学で培ったものを生かし、子どもや家族の幸せを支援していきたいです」



助成を受けた若者や施設職員のインタビュー動画はこちら

アクション

## 2 パルシステム埼玉のフードドライブ

家庭で眠っている食品を寄付未使用の食品の提供を呼びかけ、NPO法人フードバンク埼玉を通じてフードパントリー、子ども食堂、福祉施設などに届けています。食品は商品展示会などのイベント時や組合員活動施設「ぱる★てらす」で受け付けるほか、年に2回パルシステムの配達時に回収を行っているため、家にいながら参加できる手軽なアクションです。



缶詰やレトルトパウチ食品など、たくさんの食品が集まりました

2022年度、配達時に寄せられた食品  
**1,536Kg**

.....

## 地域ごとに活動はさまざま！ どんなものがあるの？

.....

パルシステムの公式サイト  
トップページの「地域のイベント」から、おすまいの地域をチェック



各会員生協で発行している機関誌をチェック

※今週のカatalogといっしょに配付しています。



アクション

## 3 パルシステム東京の里山活動

自然と地域循環の大切さを知る東京都稲城市にある「いなぎめぐみの里山」は、パルシステム東京が2004年に開設。竹林の整備や季節の農作物の収穫体験などを通して、「農と緑の創生」をめざしています。また、生活に困難を抱えた人たちが社会へ一歩を踏み出すための活動の場としても活用されています。

夏のブルーベリー  
収穫体験



「いなぎめぐみの里山」についてもっと詳しく



年間のべ3,000人の組合員が参加。土地のうち約2.1haの山林が稲城市の「自然環境保全地域」に指定

「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** 遺伝子組換え対象作物を使用していない商品および青果・酒には表示しません。  
※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、パパイア、からし菜  
※GMOにNO! (飼料)の分別生産流通管理は、とうもろこし対象。
- 不使用** **GMO不使用** 主原料および副原料において遺伝子組換え原料を排除し、検査においても不検出の商品
- GMOにNO! (食品)** **GMO不使用** 生産・流通・製造段階において遺伝子組換え原料を排除した商品。主原料および副原料いずれかで遺伝子組換えの混入を防ぐため、分別生産流通管理している商品。※ただし主原料が不分別の場合は、不分別
- GMOにNO! (飼料)** **GMO不使用** 牛乳、鶏卵、鶏肉等の飼料において遺伝子組換え作物の混入を防ぐため分別生産流通管理している商品
- 副原料不分別** **GMO不分別** 原料のなかで水を除く、構成比が5%以上のものは対象外の原料を使用しているが、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、構成比が5%以上のものに、不分別の原料が使われている

原料のなかで水を除き、構成比が5%以上を主原料、5%未満を副原料とします。

■ パルシステムの取り組みを表示

- pal** パルシステムが独自開発したオリジナル商品 **組合員開発** 組合員による商品開発チームなどが、商品開発に協力した商品
- 産直** 産直の精肉および100%提携産地の水産品 **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品を使用しており、かつその原料が100%産直品の加工品
- リユース** リユース・リサイクルするもの(紙バック・びん類・野菜の通い箱等) **プラ削減** 容器包装や付属(ストロ―など)のプラスチック削減に取り組んだ商品

■ アレルゲンの表示  
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	くるみ	大豆
表示方法	卵	乳	麦	そ	落	え	か	く	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8品目と大豆が含まれている商品には、その品目名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19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8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表示となっています。(乳)(卵)のように( )で表示しています。

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

まずはヘルプ情報サイトへ  
24時間チャットで対応しています

パルシステム ヘルプ 検索

よくある質問  
FAQ、問い合わせフォーム  
などもこちらから

電話でのお問い合わせが必要な場合はこちらへ。通話料は無料です。  
**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。

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。

※ナビダイヤルは有料です。パルシステムの配達エリアからは固定電話の場合、一律1分10円+消費税を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が異なります。

レシピはこちらで検索

その他のお問い合わせ ※通話料は無料です。

■ 欠品情報自動お知らせダイヤル **0120-829-804** (受付時間:注文紙提出日翌日18時～商品配達日前日)  
※欠品情報案内後にあたりに欠品が発生する場合があります。

■ CO・OP共済 コープ共済センター ■ 各種保険 共済連保険事務センター  
**0120-50-9431** 月～土曜日:9時～18時 **0120-201-342** 月～金曜日:9時～17時30分

■ カタログ「Caica(かいか)」 サービス事業課 **0120-114-312** 月～金曜日:10時～17時  
チケットはこちら

■ カタログ「Caica(かいか)」雑誌年間購読、学習教材・講座、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、シロアリ防駆除、エアコンクリーニング、ふとん丸洗い・仕立て直しなど  
住まいとくらしのサービス サービス事業課 **0120-374-335** 月～金曜日:10時～17時