

この食べ物、どこから来たの？

自給率ってナンダロウ

野菜 **79%**

いつも食べている食材の自給率は…?

食料自給率とは、国内で消費される食料のうち、「国産」の割合を示した数字です。

2022年度の日本の食料自給率は38%。

国内で食べられているものの6割以上が外国産です。

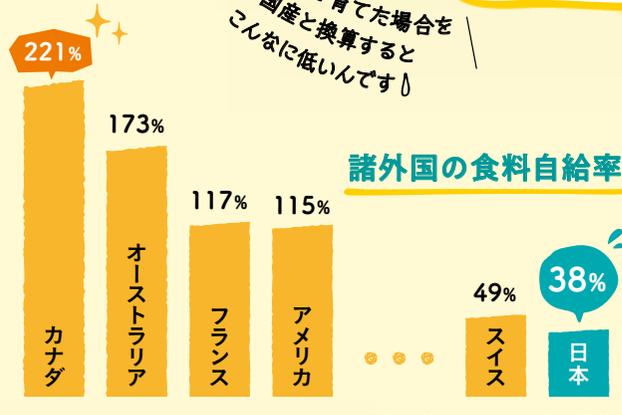
自給率を通して「食」の現状を知り、できることを考えてみませんか。

※出典：農林水産省。掲載している自給率はすべてカロリーベースによるもの。畜産物及び加工品については輸入飼料及び輸入原料を考慮して計算

日本の食料自給率は38%

低いとどうしてよくないの？

50年以上前には、70%以上あった日本の食料自給率。安価な輸入品の割合が増え、現在は世界的にも低い水準に。輸入品に頼るほど、国内の農業や畜産業、水産業の持続がむずかしくなり、国産品の生産が縮小していきます。そんななかで世界情勢や気候が不安定になり、輸入がストップしたら……。日本中から「食べ物なくなる」という出来事が、いつ起こってもおかしくない状態なのです。



たまご **13%**

肉類 **8%**

米 **99%**

輸入飼料で育てた場合を外国産と換算するとこんなに低いんです↓

安心できる「食」を未来にも

「今日何を食べる？」を考えてみる

国内の産地を、「食べる」で応援することで、10年後20年後やもっと先の未来にも、国産品のおいしさや安心感を残していくことができます。この食べ物はどこで、誰が作ったものなんだろう？と思いをさせること。栽培のコストや負担が少ない旬の食材を選ぶこと。無駄なく食べること。今、食べるものをどんなふうを選ぶかが、私たちの食の未来をつくっていきます。

大豆 **6%**

小麦 **15%**

海藻類 **67%**

ちなみに… 食用の魚介類は56%

私たちにできること

- この食べ物は誰がどこで作ったんだろう？を考える
- 国産・旬の食材を積極的に食べる
- 食品ロスを減らす

自給率UPにつながる取り組み

予約登録米が「グッドデザイン賞2023」を受賞

「予約登録米」は、環境にやさしい米作りを安定した消費で応援する仕組み。米の消費量が減少するなか、生活者への供給と農家の収入の2つの安定を、同時に叶える価値を伝え続けている点などを評価いただきました。

「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、ノボイヤ、からし菜
 ※GMOにNO! (飼料)の分別生産流通管理は、とうもろこしが対象。

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にNO!	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にNO!	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(ストローなど)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を表示しています。(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らた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

この食べ物、どこから来たの？

自給率ってナンダロウ

野菜 **79%**

いつも食べている食材の自給率は…?

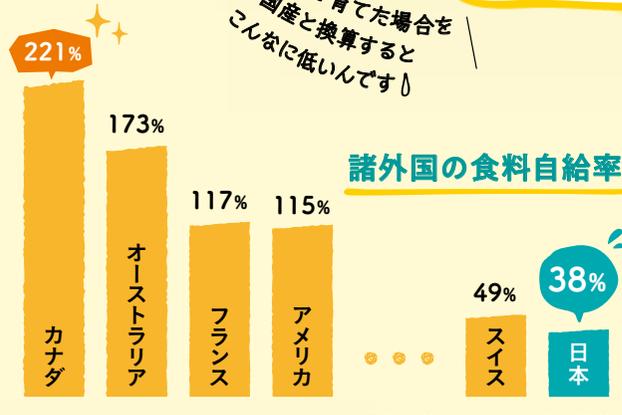
食料自給率とは、国内で消費される食料のうち、「国産」の割合を示した数字です。
2022年度の日本の食料自給率は38%。
国内で食べられているものの6割以上が外国産です。
自給率を通して「食」の現状を知り、できることを考えてみませんか。

※出典：農林水産省。掲載している自給率はすべてカロリーベースによるもの
畜産物及び加工品については輸入飼料及び輸入原料を考慮して計算

日本の食料自給率は38%

低いとどうしてよくないの？

50年以上前には、70%以上あった日本の食料自給率。安価な輸入品の割合が増え、現在は世界的にも低い水準に。輸入品に頼るほど、国内の農業や畜産業、水産業の持続がむずかしくなり、国産品の生産が縮小していきます。そんななかで世界情勢や気候が不安定になり、輸入がストップしたら……。日本中から「食べ物がなくなる」という出来事が、いつ起こってもおかしくない状態なのです。



たまご **13%**

肉類 **8%**

米 **99%**

輸入飼料で育てた場合を外国産と換算するとこんなに低いです↓

安心できる「食」を未来にも

「今日何を食べる？」を考えてみる

国内の産地を、「食べる」で応援することで、10年後20年後やもっと先の未来にも、国産品のおいしさや安心感を残していくことができます。この食べ物はどこで、誰が作ったものなんだろう？と思いをはせること。栽培のコストや負担が少ない旬の食材を選ぶこと。無駄なく食べること。今、食べるものをどんなふうを選ぶかが、私たちの食の未来をつくっていきます。

大豆 **6%**

小麦 **15%**

私たちにできること

- この食べ物は誰がどこで作ったんだろう？を考える
- 国産・旬の食材を積極的に食べる
- 食品ロスを減らす

海藻類 **67%**

ちなみに… 食用の魚介類は56%

自給率UPにつながる取り組み

予約登録米が「グッドデザイン賞2023」を受賞

「予約登録米」は、環境にやさしい米作りを安定した消費で応援する仕組み。米の消費量が減少するなか、生活者への供給と農家の収入の2つの安定を、同時に叶える価値を伝え続けている点などを評価いただきました。

「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、ノリ、イモ、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にNO!	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にNO!	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(ストローなど)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ります。(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