

パルシステムに

Q. 0kcal 飲料がないのはなぜ？

A. 砂糖などの代わりに、甘味料を使うことを認めていないからです。

市販の低カロリー飲料には、カロリーがほぼゼロでも砂糖に比べて数百倍の甘さをもつ甘味料が、食品添加物として使われています。パルシステムでは食品添加物として甘味料を使うことを認めていないので、ゼロカロリー飲料がありません。

市販の飲料でよく使用される甘味料の例

- アスパルテーム
甘さ：砂糖の約200倍
- アセスルファムカリウム
甘さ：砂糖の約200倍
- スクラロース
甘さ：砂糖の約600倍

ゼロカロリー飲料の原材料、一例

原材料：食物繊維、レモンエキス / 酸味料、炭酸、… (略)…、香料、ビタミンC、甘味料 (アセスルファムカリウム、スクラロース)

食品添加物としての甘味料を使わないワケ

食材のもつ、豊かな味を知ってほしいから

甘味料を使用すると、味や香りが同一なものを簡単に作るができます。しかし、食材がもつ繊細な風味を楽しんでほしいから、パルシステムは食品添加物としての甘味料は使いません。

糖質はからだに必要なエネルギー源だから

甘いものが食べたいとき、砂糖の代わりに甘味料でカロリーを抑えた食品では満足感が得られず、結果的に食べすぎてしまうことも。糖質はからだに必要なエネルギー源。適量を守って日々の食卓に上手に取り入れることが大切です。

なぜ、こんなに甘いのにゼロカロリーなのか、考えてみてほしいです

品質保証部 高橋直孝

商品の原材料や製造工程をチェック！ お気に入りのドリンクは『ただの炭酸水』。



「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、パパイヤ、からし菜
※GMOにNO!(飼料)の別生産流通管理は、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 副原料	原料のなかで水を除き、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き、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。

■ アレルゲンの表示 アレルゲンのある方は、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、表示しておりません。
※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

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。

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

日本生活協同組合連合会が開発した商品

※青果では翌週までを表示。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。

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)

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

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

※天候などの理由で表示より短くなる場合があります。

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

製造日からの賞味期間を表示(賞味期間が180日以内のもの)。お届け日からの期間ではありません。ただし、お届け後賞味期間が7日間以内の商品は、お届け後の賞味(消費)期間を表示。

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、(製)：最終製造者の所在地
※日用雑貨は生産国を表示します。

000kcal(0.0g/単位) エネルギーと食塩相当量を加工食品に表示(調味料、酒を除く)

放射能検査についてはこちらへ
放射能検査 パルシステム 検索

コトコト
ひとことメール
切り取って注文用紙といっしょにお出ください。

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！

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かをご記入ください。

※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。※いただいたひと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。

●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

パルシステム センター

●差しつかえなければ、該当する年代に○をつけてください。(10~20代) (30代) (40代) (50代) (60代) (70代) (80代以上)

※個人情報保護の観点から、お名前の記入は不要です。

生協連携	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 2024年7月2回

リユース・リサイクル情報 (2024年4月)

パルシステム リサイクル 検索

回収率

リユースびん …71.9% AB.ヨーグルトカップ…26.0% 紙パック ……68.5%

米袋 ……53.4% プラスチック袋 ……28.7% 商品カタログ ……91.0%

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】 レシピはこちらで検索▶

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。

欠品情報自動お知らせダイヤル

0120-829-804 ※通話料は無料です。
(受付時間：注文用紙提出日翌日18時～商品配達前日)
※欠品情報案内後にはあなたに欠品が発生する場合があります。

その他のお問い合わせ

- CO・OP共済 ■ 各種保険 ■ カタログ「Caica(かいか)」チケットはこちら サービス事業課 **0120-114-312** 月～金曜日：10時～17時
- コープ共済センター 共済連保険事務センター ■ 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「スクエア住まいと暮らし」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、ふとん丸洗い・仕立て直しなど住まいと暮らしのサービス サービス事業課 **0120-374-335** 月～金曜日：10時～17時

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など有資格者による電話相談(平日10時～16時30分)を行っています。

詳しくはくらしの相談ダイヤル 検索

- 夫婦のこと(離婚、DV、家計など)
- 家族のこと(子育て、ひきこもり、介護など)
- その他(相続、近所づきあいなど)

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 7/24(水) 13時～16時実施。	離婚・DV相談 9/12(木) 13時～16時実施。
7/2(火)10時より予約開始。相談時間はひとり15分。	8/20(火)10時より予約開始。相談時間はひとり20分。

※弁護士による相談は初回の方優先です。

子育て相談ダイヤル NPOママ・サポート ※通話料は無料です。

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。

0120-410-227 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が異なります。

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・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。

パルシステムに

Q. 0kcal 飲料がないのはなぜ？

A. 砂糖などの代わりに、甘味料を使うことを認めていないからです。

市販の低カロリー飲料には、カロリーがほぼゼロでも砂糖に比べて数百倍の甘さをもつ甘味料が、食品添加物として使われています。パルシステムでは食品添加物として甘味料を使うことを認めていないので、ゼロカロリー飲料がありません。

市販の飲料でよく使用される甘味料の例

- アスパルテーム
甘さ：砂糖の約200倍
- アセスルファムカリウム
甘さ：砂糖の約200倍
- スクラロース
甘さ：砂糖の約600倍

ゼロカロリー飲料の原材料、一例

原材料：食物繊維、レモンエキス / 酸味料、炭酸、…(略)…、香料、ビタミンC、甘味料 (アセスルファムカリウム、スクラロース)

食品添加物としての甘味料を使わないワケ

食材のもつ、豊かな味を知りたいから

甘味料を使用すると、味や香りが同一なものを簡単に作ることができます。しかし、食材がもつ繊細な風味を楽しんでほしいから、パルシステムは食品添加物としての甘味料は使いません。

糖質はからだに必要なエネルギー源だから

甘いものが食べたいとき、砂糖の代わりに甘味料でカロリーを抑えた食品では満足感が得られず、結果的に食べすぎてしまうことも。糖質はからだに必要なエネルギー源。適量を守って日々の食卓に上手に取り入れることが大切です。

なぜ、こんなに甘いのにゼロカロリーなのか、考えてみてほしいです

品質保証部 高橋直孝

商品の原材料や製造工程をチェック！お気に入りのドリンクは『ただの炭酸水』。



「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 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) 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) 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 原料のなかで水を除き、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 原料のなかで水を除き、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。

■ 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、表示しておりません。
*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()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

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。

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

日本生活協同組合連合会が開発した商品

※青果では翌週までを表示。次回未定の場合は省略しています。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。

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)

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

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

※天候などの理由で表示より短くなる場合があります。

原料産地(メーカー) (食品)
原料産地: 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(主原料とその産地を表示)。(メーカー): メーカー名、(製): 最終製造者の所在地
※日用雑貨は生産国を表示します。

000kcal @ 0.0g / 単位 エネルギーと食塩相当量を加工食品に表示(調味料、酒を除く)

放射能検査についてはこちらへ

放射能検査 パルシステム 検索

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!

Kinari ひとつことメール
切り取って注文用紙と一っしょにお出しくたさい。

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。

※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。

● 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
_____	パルシステム _____ センター

● 差しつかえなければ、該当する年代に○をつけてください。 (10~20代) (30代) (40代) (50代) (60代) (70代) (80代以上)

※個人情報保護の観点から、お名前の記入は不要です。

生協 停協 権	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 (2024年4月)
パルシステム リサイクル 検索

リユースびん ...71.9%	AB.ヨーグルトカップ...26.0%	紙パック68.5%
米袋53.4%	プラスチック袋 ...28.7%	商品カタログ ...91.0%

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

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】 レシピはこちらで検索

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。

欠品情報自動お知らせダイヤル

0120-829-804 ※通話料は無料です。
(受付時間:注文用紙提出日翌日18時～商品配達前日) ※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。

その他のお問い合わせ ※通話料は無料です。

- CO・OP共済
- 各種保険
- カタログ「Caica(かいか)」チケットはこちら
- コープ共済センター 共済連保険事務センター
- 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

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**

社会福祉士、消費生活アドバイザーなど有資格者による電話相談(平日10時～16時30分)を行っています。	
詳しくは <input type="text" value="くらしの相談ダイヤル"/> <input type="button" value="検索"/>	
● 夫婦のこと(離婚、DV、家計など)	
● 家族のこと(子育て、ひきこもり、介護など)	
● その他(相続、近所づきあいなど)	

※弁護士による相談は初回の方優先です。

子育て相談ダイヤル NPOママ・サポート **0120-410-227** ※通話料は無料です。
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。 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が異なります。

パルシステムの商品は転売禁止です。

● 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・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。