



いま、平和への願いを込めて

子どもたちに「優しい社会」を残す 自分自身の「選択」を

「平和」に思いをはせる8月。しかし、ここ数年の世界情勢では、平和とはほど遠い状況が浮かび上がります。幅広い音楽活動とともに、パレスチナに関する発信を積極的に続けるミュージシャンの坂本美雨さんは、長女の誕生を機に、日々の暮らしと社会とのつながりを強く意識するようになってきたと話します。「優しい社会を残したい」という、坂本さんの思いをうかがいました。

坂本美雨さん
ミュージシャン

娘の誕生で社会への まなざしが変わった

自分の日々のくらしと社会とのつながりをより強く意識するようになったのは、2015年に娘が生まれたことが、やはり大きかったです。

いつか私は、大切な娘をこの世界に置いて先立つことになる。娘が社会的に弱い立場になったら、誰かから手を差し伸べてもらえるだろうか、幸せに生き延びていけるのだろうか。そのことが、妊娠中からずっと心配でした。正直、いまの社会のままでは安心できない。私が元気に動けるうちに、少しでも「優しい社会」にしていきたい、と思うようになりました。

出産や育児の経験を通して、政治や行政のしくみがくらしと結びついていることを実感する機会も増え、私たちの税金の使い道を知ることや、選挙で自分が応援したい人をちゃんと選ぶことの大切さも感じています。

いま社会で起きていることを、自分と結び付けて考えられるか、それに対してどう行動するのか、そして日々、何を「選択」するのか。それらすべてが、自分にも返ってくるのだと思います。

自分の意見を言うのは、 人間として当然の権利

娘が生まれたあと、近所のアパートで虐待によって子どもが亡くなってしまった事件が起きました。「この現状をどうにかしたい」と思って、友人たちと児童虐待防止の活動を始めました。2年前にウクライナ侵攻が起きたときは、私が自分の娘に注ぐ愛情と何ら変わらない深い愛が、現地で何十万と奪われているのだ、と考えると、胸がざれるようでした。

パレスチナについての発信を続けているのも、同じ気持ちからです。発信を始めたとき、SNSのフォロワー数は大きく減りました。それでも、たくさんの方が奪われていく状況に対して「おかしい」「やめてほしい」と言っている人間として当たり前前心だと思え、躊躇はありません。

私ひとりでは、できることにはもちろん限界があります。いつも葛藤しています。それでも少しずつ、私の発信を見て周りの子育ての友人たちが「今度いっしょにデモに行こう」と言ってくれることも増えました。ニュースを追うことももちろん大事。でも、もう一歩踏み



出して自分なりに行動することは、もっと大事。

私にとつての「平和」とは、誰もが尊厳を守られ、毎日おいしくごはんを食べられて、いろんな人と楽しく話ができて、災害などに怯えることなく、支え合ってくらせること。もう大人になつたみなさんも、もともと誰かが「輝くことのできる子ども」だったはず。そんなふうな、みんなが輝いて生きられる優しい世界を娘に残すために、私はこれからも声を上げていき、歌い続けます。

坂本美雨(さかもとみづ)さん
1980年生まれ。父は坂本龍一氏、母は矢野顯子氏。音楽活動にとどまらず、ナレーション、執筆、演劇、ラジオやテレビの司会など表現の幅を広げる。児童虐待防止に取り組む「こどものいのちはこどものもの」の発起人も務めるほか、動物保護活動をライフワークとする。プライベートでは、2015年に長女を出産。

パルシステムのWebメディア「KOKOCARA」では、ロングインタビューを掲載しています。

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	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、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。

パルシステムの取り組みを表示

	パルシステムが独自開発したオリジナル商品		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
	産直の精肉および100%提携産地の水産品		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・リサイクルするもの(紙バック・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

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
8/10(土)～13(火)はお休みです。

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。

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)
- CO-OP共済 コープ共済センター **0120-50-9431** 月～土曜日: 9時～18時
- 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
- 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 **0120-374-335** 月～金曜日: 10時～17時

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

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
8/11(日)～13(火)はお休みです。

「カタログ」に掲載されているマークについて

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!		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!		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		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。

パルシステムの商品は転売禁止です。【商品の返品・交換について】

- ① 返品・交換ができる場合
- ② 返品・交換ができない場合

● 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 ● 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。



いま、平和への願いを込めて

子どもたちに「優しい社会」を残す 自分自身の「選択」を

「平和」に思いをはせる8月。しかし、ここ数年の世界情勢では、平和とはほど遠い状況が浮かび上がります。幅広い音楽活動とともに、パレスチナに関する発信を積極的に続けるミュージシャンの坂本美雨さんは、長女の誕生を機に、日々の暮らしと社会とのつながりを強く意識するようになってきたと話します。「優しい社会を残したい」という、坂本さんの思いをうかがいました。

坂本美雨さん

ミュージシャン

娘の誕生で社会への まなざしが変わった

自分の日々のくらしと社会とのつながりをより強く意識するようになったのは、2015年に娘が生まれたことが、やはり大きかったです。

いつか私は、大切な娘をこの世界に置いて先立つことになる。娘が社会的に弱い立場になったら、誰かから手を差し伸べてもらえるだろうか、幸せに生き延びていけるのだろうか。そのことが、妊娠中からずっと心配でした。正直、いまの社会のままでは安心できない。私が元気に動けるうちに、少しでも「優しい社会」にしていきたい、と思うようになりました。

出産や育児の経験を通して、政治や行政のしくみがくらしと結びついていることを実感する機会も増え、私たちの税金の使い道を知ることや、選挙で自分が応援したい人をちゃんと選ぶことの大切さも感じています。いま社会で起きていることを、自分と結び付けて考えられるか、それに対してどう行動するのか、そして日々、何を「選択」するのか。それらすべてが、自分にも返ってくるのだと思います。

自分の意見を言うのは、 人間として当然の権利

娘が生まれたあと、近所のアパートで虐待によって子どもが亡くなってしまった事件が起きました。「この現状をどうにかしたい」と思って、友人たちと児童虐待防止の活動を始めました。2年前にウクライナ侵攻が起きたときは、私が自分の娘に注ぐ愛情と何ら変わらない深い愛が、現地で何十万と奪われているのだ、と考えると、胸がちぎれるようでした。

パレスチナについての発信を続けているのも、同じ気持ちからです。発信を始めたとき、SNSのフォロワー数は大きく減りました。それでも、たくさんの方が奪われていく状況に対して「おかしい」「やめてほしい」と言っている人間として当たり前前心だと思ひ、躊躇はありません。

私ひとりでは、できることにはもちろん限界があります。いつも葛藤しています。それでも少しずつ、私の発信を見て周りの子育て層の友人たちが「今度いっしょにデモに行こう」と言ってくれることも増えました。ニュースを追うことももちろん大事。でも、もう一歩踏み



出して自分なりに行動することは、もっと大事。

私にとつての「平和」とは、誰もが尊厳を守られ、毎日おいしくごはんを食べられて、いろんな人と楽しく話ができて、災害などに怯えることなく、支え合ってくらせること。もう大人になつたみなさんも、もともと誰かが「輝くことのできる子ども」だったはず。そんなふうな、みんなが輝いて生きられる優しい世界を娘に残すために、私はこれからも声を上げていき、歌い続けます。

坂本美雨(さかもとみづ)さん
1980年生まれ。父は坂本龍一氏、母は矢野顯子氏。音楽活動にとどまらず、ナレーション、執筆、演劇、ラジオやテレビの司会など表現の幅を広げる。児童虐待防止に取り組む「こどものいのちはこの世のもの」の発起人も務めるほか、動物保護活動をライフワークとする。プライベートでは、2015年に長女を出産。

パルシステムのWebメディア「KOKOCARA」では、ロングインタビューを掲載しています。



「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、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

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
8/11(日)～13(火)はお休みです。
※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 8/10(土)～13(火)はお休みです。
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

■ 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 **0120-50-9431** 月～土曜日:9時～18時

■ 各種保険 共済連保険事務センター **0120-201-342** 月～金曜日:9時～17時30分 8/10(土)～13(火)はお休みです。

■ 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 月～金曜日:10時～17時 住まいとくらしのサービス サービス事業課 **0120-374-335** 8/10(土)～13(火)はお休みです。