

くらしのなかの「困った」を解決するために

生まれたのが生活協同組合

地域で生活する人々が

“ともに支え合う”ことを

大切にしています



### 地域の子どもたちの学びを応援

子どもたちの「学びたい」という気持ちを応援するため、家庭環境や経済的理由で進学や就学が困難な若者を支えます。

#### パルシステムの給付型奨学金

- 返済不要の「給付型」で、毎月4万円を対象者に給付。
- NPOや支援団体と連携し、精神面からも対象者を支える伴走型サポート。

サポーターを常時募集。毎月1口100円から。詳しくはこちら。➡



# 協同で もっといい明日へ 超えてく



## 2025年はつながりの力を広げる国際協同組合年

## フードバンクで食の支え合い

日々の食事にも困る人が増えています。2008年からは支援団体と連携し、パルシステムが配達する1都11県の地域のつながりを生かした支援を続けています。新鮮な産直青果の提供は、支援先からも好評です。



#### パンの提供

約1.1万袋  
※パン製造子会社「パルブレッド」の予備品 / 2023年度



#### 子ども食堂へ『味噌汁』の提供

1,088食分

2024年度冬に募集した「みそアクション」。投稿やいいね・リボストの数に応じて子ども食堂にフリーズドライのみそ汁を届けました。



支え合いのなかには、

「困った」を抱える人たちを

サポートするアクションも

これらの活動資金や物資は

私たちの日々の買い物から生まれています

誰もがぐらしやすい社会に向けて

もっといい明日をつくるのは

私たち自身だから

## 災害時の助け合い

毎年のように起こる自然災害。全国の産地や自治体、組合員のつながりがあるからこそ、金銭や物だけでなく心を通わせる人的支援も大切にしています。

被災直後の人や物の提供だけでなく「現状を伝えること」も重要な支援のありかた。

2011年3月11日の原発事故で被災した方々への応援金は14年たった今でも継続しています。



能登半島地震の支援募金では約2億6千万円が組合員から寄せられました。職員も現地入りし、不用品の撤去作業や高齢者ケアのサポートをしました。

くらしと地域社会をつなげる行動の詳細はこちら➡



### 国際協同組合年とは

「協同組合」は国内外にさまざまな組織があり、パルシステムもそのひとつ。人と人が結びつき助け合う「協同組合」のあり方が、SGDsの実現に向け、多様な分野で貢献していることが評価され、その認知と活動をさらに広げ進める年と国連総会で定められました。



国際協同組合年

「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、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:配達日当日6時～次回配達日前日23時)  
※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」とくらしリフォーム、シロアリ防駆除、ネズミ対策、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

くらしのなかの「困った」を解決するために  
生まれたのが生活協同組合

地域で生活する人々が  
“ともに支え合う”ことを  
大切にしています



### 地域の子どものための 学びを応援

子どもたちの「学びたい」という気持ちを応援するため、家庭環境や経済的理由で進学や就学が困難な若者を支えます。

#### パルシステムの 給付型奨学金

- 返済不要の「給付型」で、毎月4万円を対象者に給付。
- NPOや支援団体と連携し、精神面からも対象者を支える伴走型サポート。

サポーターを常時募集。  
毎月1口100円から。  
詳しくはこちら。➡



# 協同で もっといい明日へ 超えてく



## 2025年はつながりの力を広げる 国際協同組合年

### 災害時の助け合い

毎年のように起こる自然災害。全国の産地や自治体、組合員のつながりがあるからこそ、金銭や物だけでなく心を通わせる人的支援も大切にしています。

被災直後の人や物の提供だけでなく“現状を伝えること”も重要な支援のありかた。

2011年3月11日の原発事故で被災した方々への応援金は14年たった今でも継続しています。



能登半島地震の支援募金では約2億6千万円が組合員から寄せられました。職員も現地入りし、不用品の撤去作業や高齢者ケアのサポートをしました。

くらしと地域社会をつなげる  
行動の詳細はこちら➡



つながる×ひろがる

組合員と組合員、組合員と生協を結ぶコミュニケーション・スペースです

### フードバンクで食の支え合い

日々の食事にも困る人が増えています。2008年からは支援団体と連携し、パルシステムが配達する1都11県の地域のつながりを生かした支援を続けています。新鮮な産直青果の提供は、支援先からも好評です。



#### パンの提供 約1.1万袋

※パン製造子会社「パルブレッド」の予備品 / 2023年度



#### 子ども食堂へ 『味噌汁』の提供 1,088食分

2024年度冬に募集した「みそアクション」。投稿やいいね・リポスの数に応じて子ども食堂にフリーズドライのみそ汁を届けました。



支え合いのなかには、  
「困った」を抱える人たちが  
サポートするアクションも

これらの活動資金や物資は  
私たちの日々の買い物から生まれています

誰もがぐらしやすい社会に向けて  
もっといい明日をつくるのは  
私たち自身だから

#### 国際協同組合年とは

「協同組合」は国内外にさまざまな組織があり、パルシステムもそのひとつ。人と人が結びつき助け合う「協同組合」のあり方が、SGDsの実現に向け、多様な分野で貢献していることが評価され、その認知と活動をさらに広げ進める年と国連総会で定められました。



「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の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:配達日当日6時～次回配達日前日23時)  
※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」とくらしリフォーム、シロアリ防駆除、ネズミ対策、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