もっといい明日へ 超えトーク

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





小島よしおさんのトークライブ、開催しました。

8月20日に東京・有楽町の会場とオンライン配信で開催。小島よしおさんが登場しネタを披露すると、会場の空気が一気に明るくなりました。苦手な野菜を克服する方法などの野菜トークや「ごぼうの歌」のステージも。質問コーナーでは、みなさんから寄せられた悩みや質問に答えてもらいました。最後のパフォーマンスでは会場が一体になって大盛り上がり。明日への一歩を踏み出す勇気をくれるイベントでした。

野菜の魅力をわかりやすく伝える「ごぼうの歌」。歌に合わせて振付もばっちり。

会場には「これからチャレンジしたいこと」を書いて貼るコーナーが。思い思いに宣言しました。



子どもも 大人も

よしおさんといっしょに一歩前へ

事前に寄せられた相談や、当日会場に集まった方からの質問に、
どう乗り越えたらいいのか、いっしょに考えてもらいました。



Q. 子どもに苦手な食べ物にチャレンジしてもらうには？

A. 「食べなさい!」と言うと拒否反応が起きちゃうので、おいしそうに食べる姿を見せる。そのときは食べなくても、次の食卓で食べてくれるかも。



Q. 失敗したとき、どう気持ちを切り替える？

A. 「だいじょぶだいじょぶ!」、これです。手を上に上げて、手拍子するとテンションが上がりますよね。やっていると心が軽やかになってくる。本当に大丈夫と思えてくる。言葉には自分を錯覚させる効果があると思っています。

Q. 子育てのイライラ、どうしたらいい？

A. 子どもがイライラしている場合は、その気持ちを否定しない、寄り添ってあげる。自分がイライラしたときは運動で解消します。イライラっていうのはどこかエネルギーが出ている状態だと思うので、何も考えず好きなものに夢中になるようにして、エネルギーを別のほうに向かせてあげるといいのかな。

Q. 夢をかなえるために大事なことは？

A. 思う、言う、やる。まずは思うこと。たとえば僕で言うと、「お笑い芸人になりたい」。第二段階は「芸人になりたいんだ」って言ってみる。そして、実際にお笑いのネタを人の前でやってみる。この3つが何においても大事だと思います。

人の夢って元気をもらえる。
いくつになっても、
夢はあったほうが
いいんじゃないかな。



楽しかった!
よしおさん、大好き



期間限定
（2026年11月30日まで）
イベントアーカイブ公開中
（組合員限定・申込不要）

組合員の方は、配付されたカタログ誌面または12月1回のデジタルカタログからご覧ください。

※二次元コードならびにURLの転載・拡散はご遠慮ください。

「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、からしな
※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 副不分別	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・リサイクルするもの（紙パック・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	カシューナッツ	大豆
表示方法	卵	乳	麦	そ	落	え	蟹	く	カシ	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9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9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)(そ)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
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
レシピはこちらで検索
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。固定電話の場合、180秒ごとに9.35円(税込)でご利用いただけます。なお、各携帯通信事業者が提供している「通話料定額プラン」の対象外となります。

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：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30分～17時

■ 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

■ 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」シロアリ防駆除、ネズミ対策、ハウス・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

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。