

pal*system

～消費のチカラで世界を変える！～

「ほんもの実感！」くらしづくりアクション 「もったいないプロジェクト」



パルシステム生活協同組合連合会
「ほんもの実感！」くらしづくりアクション事務局

パルシシステムが「食」と「暮らし」の 課題に取り組む理由とは…。

1960年代以降、ひたすら経済成長をめざしてきた日本社会。

規模や利益で「豊かさ」をはかり、経済効率を最優先とする価値観は、
食や農の生産現場にまで広がっていきました。

食料といのちを育む、農業や農村の役割を軽視し、
大量生産・大量消費を基盤とした経済成長を
優先することで得た日本の「豊かさ」。

その「豊かさ」の拡大と共に、日本の農林水産業は衰退し、
いまや食料自給率は先進国でも最低の39%。

そして、TPPを始めとする世界的な経済最優先の流れが押し寄せる今、
私たちの「食」と「暮らし」を取り巻く環境はどうなっていくのか？

世界人口を賄う食料は充分に生産されている

- 人の口に入らない食料
世界で生産される穀物のうち、直接食用とされるのは半量以下。3割以上が畜産や養殖魚の飼料、2割が食品添加物である加工澱粉や甘味料やバイオ燃料として消費される。

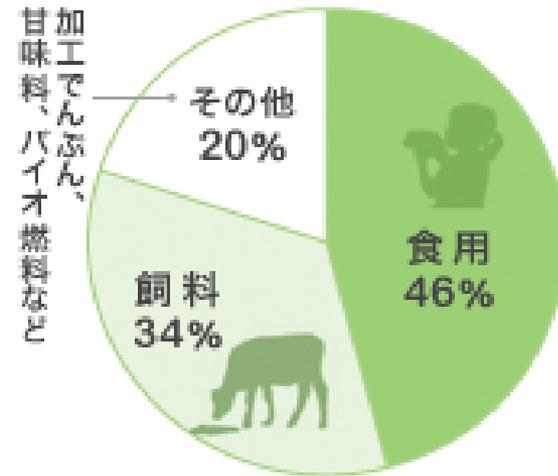
さらに

- 利用もされず廃棄される食料
世界で生産される食料の1/3、およそ年間13億tは食べられずに(※1)廃棄。サハラ以南アフリカの全食料生産(2億3,000万t)とほぼ同量の食料(2億2,200t)が、先進国の消費者により、食べられるのに(※2)捨てられている。

※1. 生産から消費まで全ての過程を含む数値

※2. 賞味期限切れや食べ残しなどによる「食品ロス」ともにFAO「世界の食糧ロスと食料廃棄-その規模、原因、及び防止策」による

世界の穀物消費の内訳



出典: Food Outlook (2012年)/国連食糧農業機関 (FAO)



毎日大量に捨てられている食品 = 写真提供: WRAP

1. 農業生産



- 余剰生産物
- 収穫物の選別除外

適切な保存設備・技術の欠落

2. 収穫後の取扱と貯蔵



食料ロス

- 輸送網の未整備
(劣悪な道路環境)
- コールドチェーンの欠落



食料廃棄

- 不適切な在庫管理・売れ残り
- 頻繁な商品切り替え

5. 消費



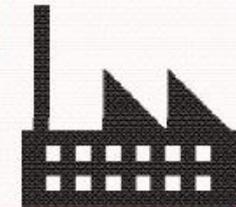
- 外食における食べ残し
- 家庭における保存、
管理の失敗

4. 流通



3. 加工

- 過剰生産
- 品質管理



出典：食品ロス削減シンポジウム「みんなで取組む食品ロス削減」
FAO日本事務所企画官大野氏講演資料 世界の食料ロスと食料廃棄~現状と対策~ より

店頭での欠品によるチャンスロス回避のため、商品は過剰に入荷、陳列される。その結果として、廃棄される商品の製造・流通のコストは商品代金に乗せられ、消費者が支払う。

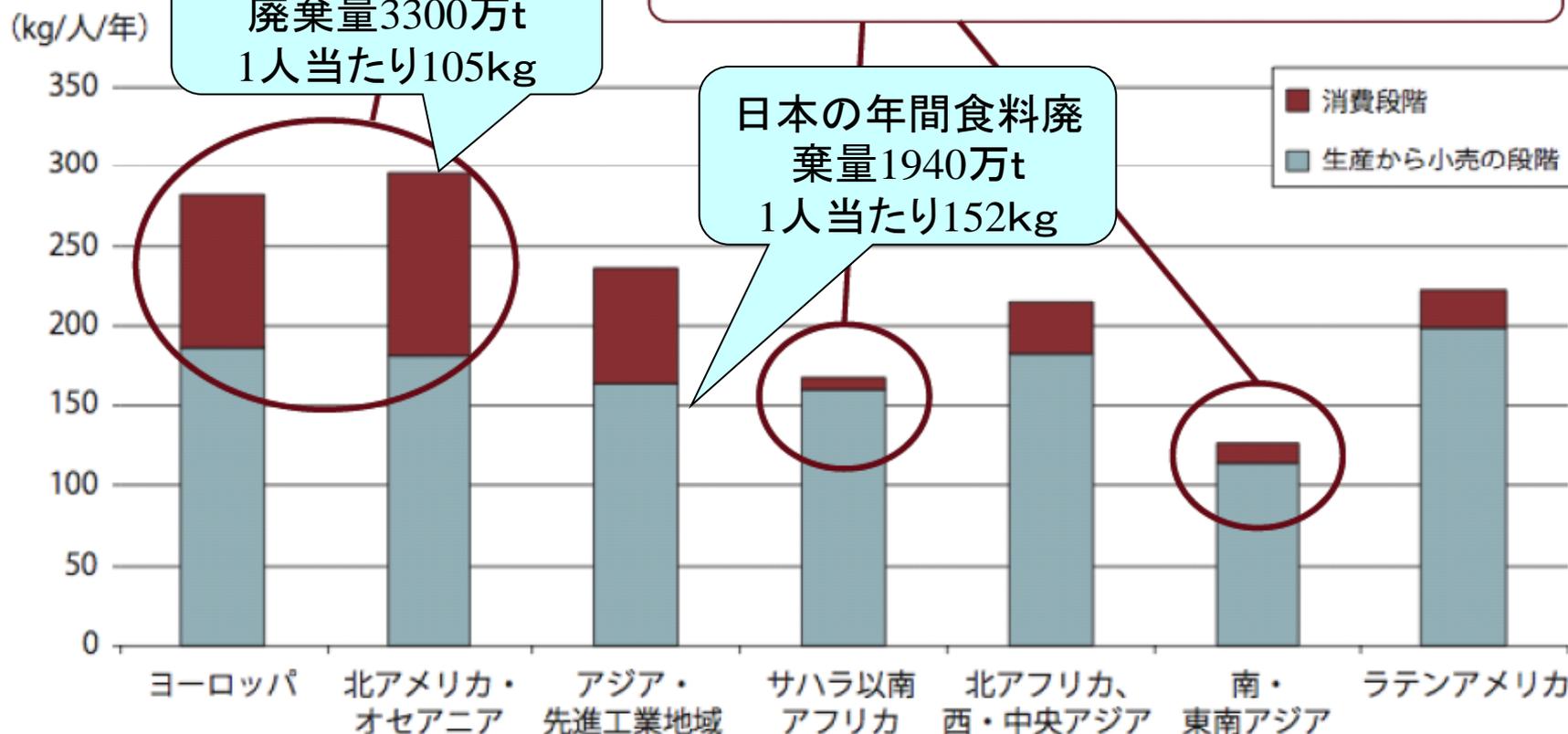
各地域における消費及び消費前段階での 1人当たり食料廃棄量

国民ひとりあたり食品ロス : 95-115kg/年

アメリカの年間食料
廃棄量3300万t
1人あたり105kg

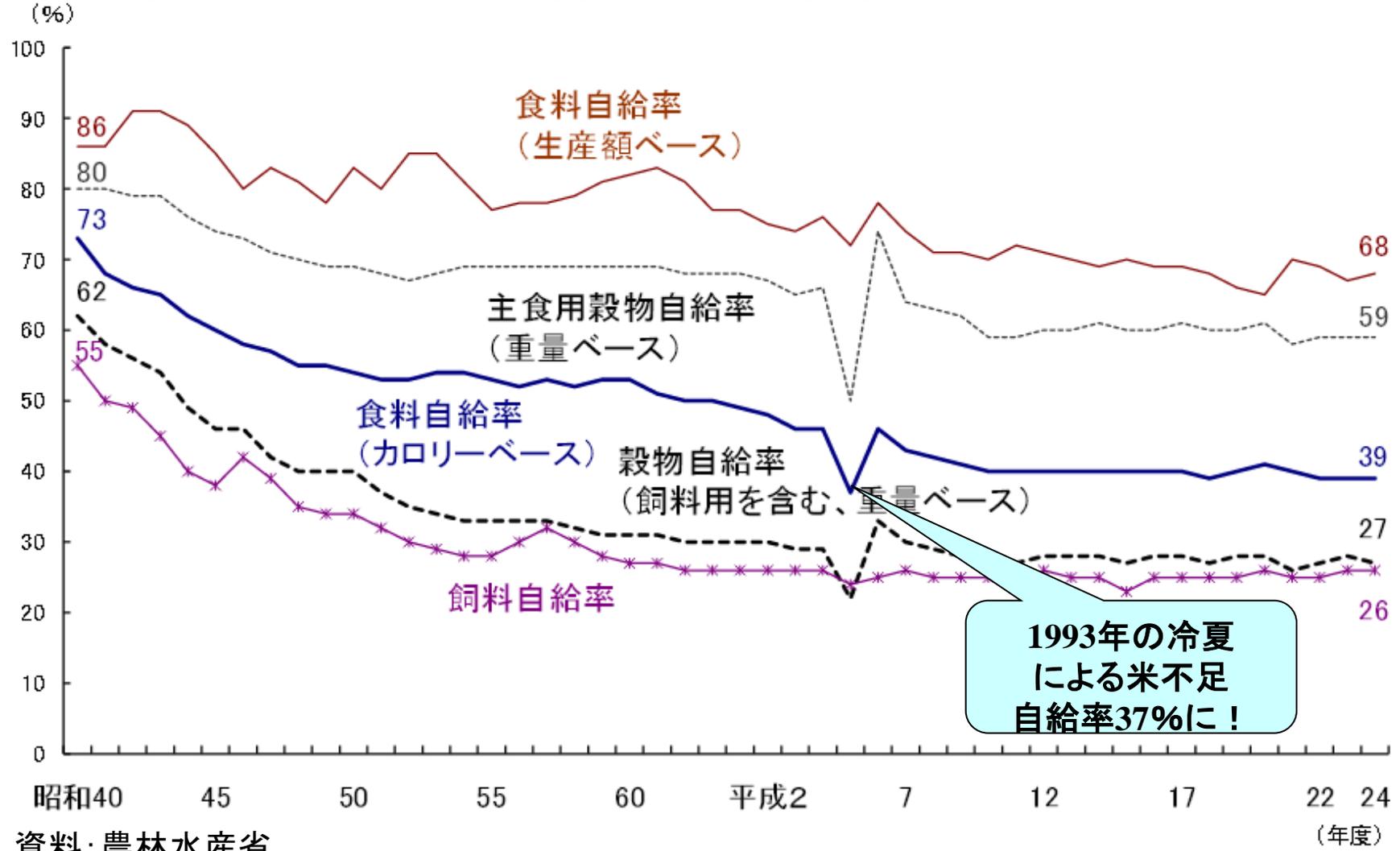
国民ひとりあたり食品ロス : 6-11kg/年

日本の年間食料廃
棄量1940万t
1人あたり152kg



国内食料自給率の低下

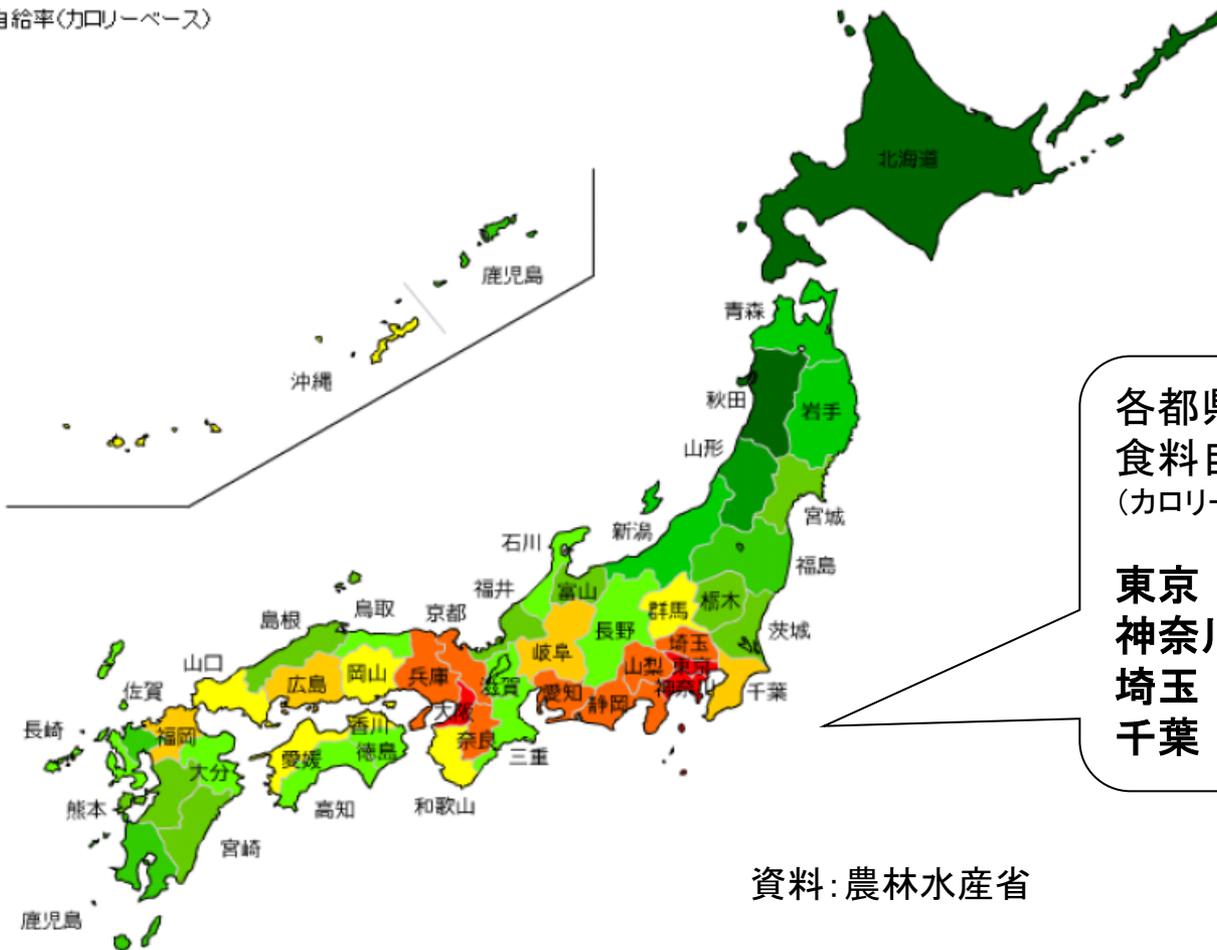
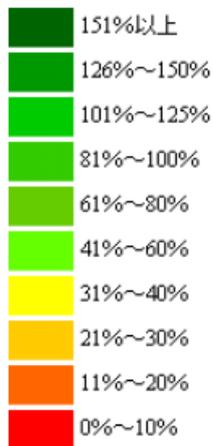
【昭和40年以降の食料自給率の推移】



7割以上を維持していた国内食料自給率。現在は4割を切る数値に。

平成21年度 都道府県別食料自給率（カロリーベース）

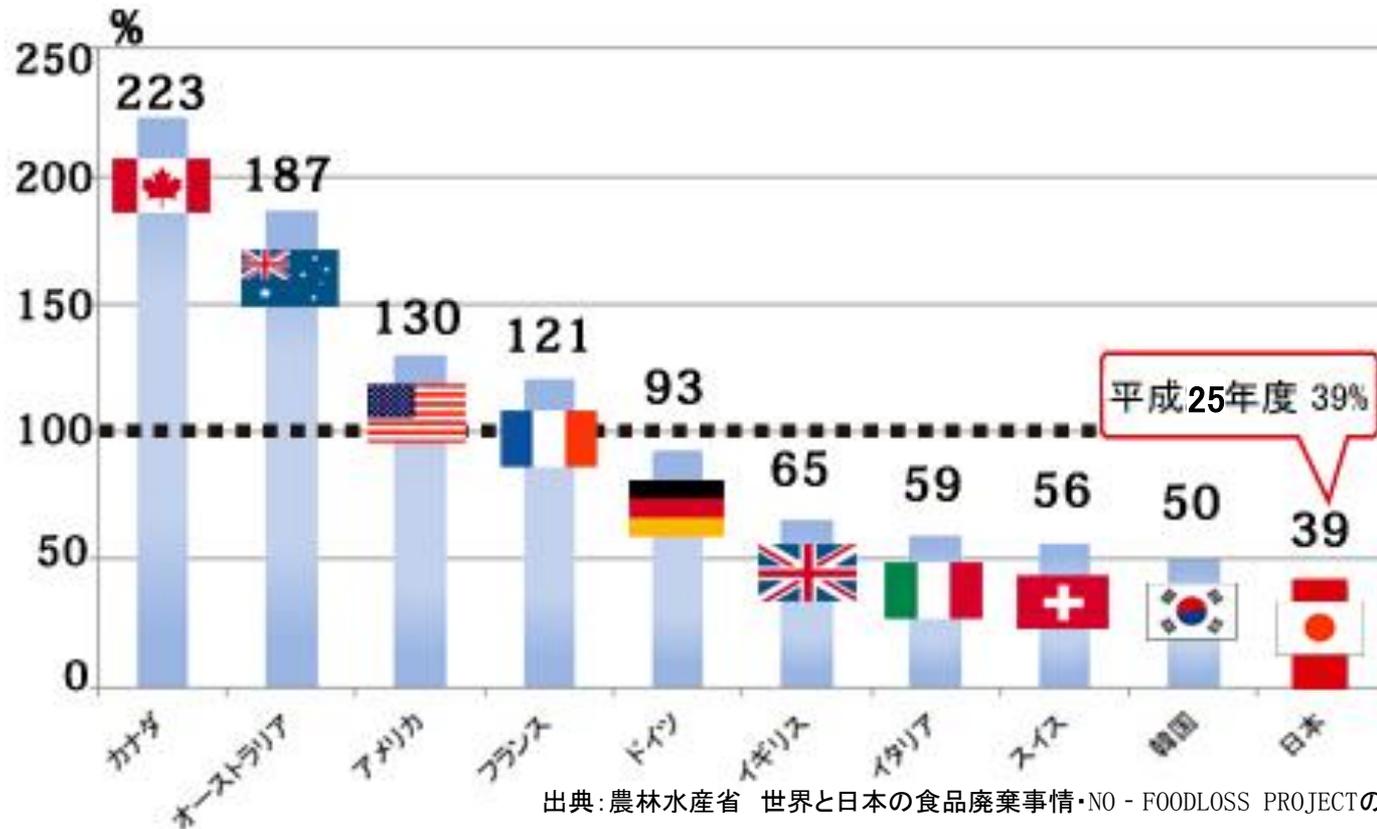
平成21年度 都道府県別食料自給率(カロリーベース)



資料：農林水産省

「金」を生み出す事に特化してきた都市部が、東北を中心とした地方に頼りきってきた日本の「食づくり」。震災後も、自給率は回復することなく低迷したまま・・・。

日本の食料自給率は先進国最低レベル



「いのち」の存続に不可欠な食料生産を自国で賄えない日本は、本当に、国民の「いのち」を保障できているのか…。

食料の安全保障を「輸入」＝「金」で買う日本。

輸入への依存は輸送時のCO2発生などによる環境負荷ばかりでなく、農林水産業の衰退を招く要因にも。

日本人が一番多く消費している穀物は？

日本人の食の欧米化に伴い増加した肉の消費増加は、穀物輸入量にも大きく影響。

現在日本人は米の消費量の2倍近い1600万tものとうもろこしを輸入しています。(穀物としての消費分のほぼ100%。うち95%はアメリカから)。この1600万tの75%を畜産飼料、20%を加工用として消費。



「今日何を食べるのか」お金さえあれば、時間も季節も問わずに豊かな
選択ができる現代の日本。

食糧自給率が4割を切る中、毎年5600万tの食糧を輸入しながら1,700万t
(※)を廃棄。このうちの食べられるのに捨てられる500~800万tの食糧は、
日本の米の収穫量にも迫る勢いに。

飢餓に苦しむ世界の約10億人食糧援助量390万tをはるかに上回ります。

(※)平成23年度農林水産省による数値では1,996万t



- 日本人が「食」に対して大切にしてきた
価値が崩壊しつつあるのでは・・・
- ◇四季折々の旬を楽しむ「和食」文化
- ◇「もったいない」の言葉に込められた
食材への感謝の念
・・・など

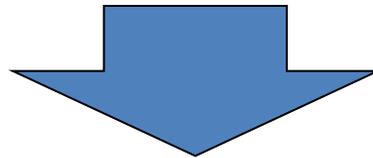
「食の生産」現場や自らの手による「食づくり」
が身近な「暮らし」から離れていった結果？

いのちの源である「食」が「経済活動」に取り込まれ
「食生活」の崩壊が引き起こされている

「食べる」ことは、「生きる」こと。(辰巳芳子先生)

味わう人を想い、手をかける「食」

- 食べる人の顔を思い浮かべてつくる食品に、うそやごまかしを加えたり、ましてや体の害になるものを入れる人はいない…。



万人に不可欠な「食」が経済活動の一部に

- 経済活動の中における「食」は、他の消費財と同様に流通経路から販売戦略に至るまで、ひとつの「商品」として扱われ、最大利潤の追求が、その生産の目的となっている…。

「食」を取り巻く環境の崩壊

- 食生活の変化・食文化の崩壊
- 大量購入・大量消費
- 効率を追求したくらしかた
- 「安さの追求」「見た目のよさ」「手軽さ」の代わりに支払う代償。多発する食の問題。
- 「食料に安さだけを追求することは」いのちを削ることと同じである。」(鈴木宣弘氏)
- 「いのちにかけるコスト」とは・・・？

このような「食」を取り巻く危機的状況にパルシステムが「生活協同組合」として対抗していくために生まれたのが、

「100万人の食づくり」運動

100万人が行動すれば社会は変わる！

「100万人の食づくり」運動が目指してきたこと

～「食料自給率向上」を目指し「持続可能な社会」を次世代に～

■「食」と「農」をつなぎ、日本を「食料自給」できる国にしよう

食のみでなく、地域の風土や文化をつくり、人々の暮らしを守ってきた農業や漁業を、日本の基本産業として位置づけ直そう。

■一人ひとりが力を寄せ合い、100万人でくらしや地域を変えていこう

組合員一人ひとりの小さな行動を結集し、食料を自給できる「いのちのチカラ」あふれる国となるよう社会を築き直す。これまでの「豊かさ」の本質を見直し、今の社会のあり方やくらし方を次世代に渡すことができるよう「直して」いこう。

■「食べること」を大切にして、心豊かなくらし方・生き方をしよう

台所や食卓から、一人ひとり「食べる」を通じて「くらし直し」始めよう

- ◇ごはん中心の日本型食生活推進
- ◇季節や素材を大事にする暮らし方提案
- ◇保存食・常備菜などの「手づくり」提案



1.これからの「食」と「暮らし」を取り巻く環境

①状況はますます厳しいものに

- 交渉が長期化しているもののTPPによる影響は、農業分野のみにとどまらず、国内の食生産により支えられている「食の安全」や地域共同体の存続が脅かすもの。
- 「食」＝「生きる権利」が多国籍企業の最大利潤追求のターゲットとされ、奪われていく事を示す。

■「食料は武器である」～アメリカの穀物戦略～

戦後GHQの食糧援助により、学校給食でパン食が浸透⇒副食の畜産物需要増。
畜産飼料も輸入に依存し、戦後長期にわたり、アメリカの食糧戦略に追従してきた日本。
今後も、多国籍企業の拝金主義に影響されるアメリカの国家戦略の標的に。

◇アメリカウイスコンシン大学農業経済学の授業では...

「食料は軍事的武器と同じ『武器』。食料のみでなく飼料が重要。

全量アメリカから供給する事で完全にコントロールできる。これがアメリカの食糧戦略だ」

消費者の「選択」がますます重要に！

②「消費者教育の推進に関する法律」の施行 2012年8月施行

■消費者庁が掲げる**消費者が身に着けたい3つの力**

～公正で持続可能な社会づくりに、
消費者が積極的に関る「消費者市民社会」の構築に向けて～

◇消費者が持つ**影響力を知る**

自らの消費が環境や社会経済、文化など幅広く影響を及ぼす事を理解し、適切な商品やサービスを選択する力

◇**持続可能な消費の実践**

持続可能な社会の実現をめざし、環境に配慮した消費行動や生活様式を実践する力

◇**消費者の参画・協働**

個人や生活様式の多様性を尊重しながら、主体的に社会参画し、他者との協働により諸課題を解決していける力

「お米を食べよう！」を伝えよう！ 広げよう！

「ごはんを毎日あと1杯」の“声かけ”で、 めざせ自給率1%向上!!

「100万世帯(家族人数3人で計算)が“ごはんを一日にあと1杯”食べると自給率が0.2%UP」を手がかりに、100万世帯がさらに組織の外側に声かけして日本の自給率を高める運動に。

食料自給率

100万世帯があと1杯食べれば▶ 0.2% 向上

(300万人)



1人が4人に声をかけて

500万世帯に広がれば▶ **1% 向上**

(1500万人)

「(近海の)魚を食べよう！」も食づくりの視点に。

資源枯渇が深刻化する中、国内で100%以上、自給できている近海魚である「さんま」も選定。

水産品も「世界から買い漁る」時代から、あるものを豊かに利用する時代へ。調理や食べ方の技術も改めて育み、伝えいきたい。



●生からつくったさんま三枚おろし



加工して出荷できる商品を持つことは産直産地にとっても大きな価値をもたらします。



●カットほうれん草 (バラ)凍結



●九州のほうれん草



もったいないプロジェクト 1

1.製造、流通過程の食品ロスの削減！！

食品の製造過程で、食べられるのに捨てられている部分が、たくさんある。

過剰除去、過度の規格選別、見た目優先。

2.消費者と生産者(メーカ)のコラボレーションによる、食品ロス削減と商品開発。

組合員参加による商品開発関連

①商品開発モニターの進捗

- ・「青大豆みそ」企画は予定通り11月1回にインターネット限定商品として販売、月曜日アップ→水曜日には2000個を完売。予定通り、購入者にアンケートを配信し、商品化につなげる。アンケート結果を受け、2009年4月に仕込み開始→11月に本供給の予定。
- ・「赤ちゃん向けボディソープ」モニターをYUMMYUM CLUBで実施。対象人数30～100名でメルマガで配信→11/17頃から発送予定。おもに使用感についてのアンケートを行う。

②新・テーマ企画「もったいない！」商品開発プロジェクト

(仮)インターネット企画「もったいないプロジェクト」

例:「冷凍里いもの皮を70%もむいているなんて、もったいない！」

……サンプルを限定販売→アンケートで意見募集→
コンセプト設計→名称アンケート等→商品化

③一連の取り組みを「見える化」する、「商品開発ルーム」の立ち上げ

地道な改善やサポーターグループ活動などをすべて「見える化」したい。2009年上期に立ち上げ予定。・数百人、数千人を一度に巻き込み、商品開発プロセスを共有化。

「ひょう害りんご」ジュースほか、インターネット「もったいないプロジェクト」を展開中。

インターネット限定商品として茎の長い冷凍ブロッコリー、規格外野菜・果物等の販売を展開中。

もったいないプロジェクト展開中!!

緊急!!
大量のりんごを廃棄処分から救おう!!

りんごそのものに近いストレート果汁!!

インターネット限定販売

林産園ジュース 1,000g×3
ストレート果汁 青森のりんご 195g×30
産地エコ・りんごジュース 180g×10箱

このままだと大量廃棄……もったいない!!
ジュースにして味わおう!

ニュースでも報道されたとおり、昨年の3月・6月、青森県を突如のひょうが襲いました。青森始めたばかりの小さなりんごの実に、大きな傷が。品質は変わらないものの、青果として出荷できないものが多数出てしまったのです。それに加え、昨年は全国的に天候にも恵まれ、りんごは例年以上の豊作となりました。善い反応、消費しきれず余ってしまったものも、たくさん倉庫に残っています。いずれのりんごも、このまま保管していてもまもなく食べられなくなり、すべて廃棄処分とさざるを得ません。



▲コナナナいっばいにもめられたりんごの山。例年の2倍もの量のりんごが加工原料となっています。

「もったいない」の思いから生まれた商品づくりを進めています。

<p>産地産種 ちっちゃなエコ・里芋</p> <p>「エコ・里芋」のうち「小粒」(100g×10)をお届け。</p> <p>2月2日販売開始</p>	<p>産地産種 八つ頭</p> <p>今年産物の八つ頭を1〜5個でお届け。</p> <p>2月4日販売開始</p>	<p>産地産種 エコ・無农药の伊予柑・ボンカンセット</p> <p>力太ロケで今年終了となった伊予柑、セットでお届けします。</p> <p>3月2日販売</p>
<p>産地産種 コア・フード根菜セット (じゃがいも・玉ねぎ)</p> <p>コア・フードの有駄じゃがいも、有駄玉ねぎを各90gずつお届け。</p> <p>1月2日販売</p>	<p>産地産種 有糖青大豆味噌</p> <p>規格外の大きさを有効活用しました。</p> <p>1月3日販売開始</p>	<p>産地産種 コア・フード根菜セット (人参・玉ねぎ)</p> <p>コア・フードの有駄人参、有駄玉ねぎのセットです。</p> <p>2月1日販売</p>
<p>産地産種 ちっちゃなエコ・里芋でこぼこ根菜セット</p> <p>小さすぎて規格外となった産物じゃがいも、玉ねぎのセットです。</p> <p>11月1日販売</p>	<p>産地産種 おまかせ漬物セット</p> <p>豊作のため半割となった果物野菜の4品をおまかせセットです。</p> <p>11月2日販売</p>	<p>産地産種 ちっちゃなエコ・里芋みかん</p> <p>エコ無农药の産物みかん、小玉サイズ(25・30)のみをセットでお届け。</p> <p>12月1日販売</p>
<p>冷凍さつまいもスティック</p> <p>大きさや形状が「規格外」の原料を併用して行いました。</p> <p>5月2日販売開始</p>	<p>九州産さといも</p> <p>皮むきが必要最小限にとどめた冷凍野菜。</p> <p>5月3日販売開始</p>	<p>りんごジュース</p> <p>豊作のひょう害で大量在庫になったりんごから作りました。</p> <p>8月3日販売</p>

ひとことメールから開発・改善された商品

■「冷凍うどん」を個包装に

旧商品は5食分がそのまま包装されていた。



うどんがくっついて取りづらいので、個別包装してほしい。

開封後に残りを保存するのに、別の袋に入れなくてはいけないので面倒！

声から改善



原料も声にこたえて産直小麦に！

「個包装」への変更後に寄せられた声

いままで、鍋の「しめ」やお昼に少し使うときには残りのうどんをジップロックなどに移していました。個包装ならそのまま冷凍庫へすぐ戻せて便利！



一食分ずつ個包装に変更。

ネット限定モニター販売企画 モニターの声で改善した商品

2012年11月に
リニューアル新登場！



「箱が大きくて、
冷凍庫に入れるのが
不便」
「中身が小さい」

オリジナルパッケージで解決！

先行販売では、商品より大きめの既存品の箱でお届けしましたが、今回、パイのサイズに合わせたオリジナルパッケージを開発。ぴったりサイズでお届けします。
また、商品も、焼き縮みしても5号サイズ(直径15cm)を確保できるようにしました。



「フィリングが甘い」
「やや甘い」

甘さをひかえめに。

スポンジの砂糖成分を減らし、甘さをやや抑えました。温めて食べると甘さを強く感じやすいのですが、ホットで食べても甘すぎない味わいに仕上げました。

「りんごが少ない
ところがある」
「せっかく産直なので、
りんごをもっと多く
してほしい」

りんごプレザーブを増量。

りんごプレザーブの量を20g増の150gにしました。
また、カットした箇所によってりんご量に片寄りがないよう、スポンジクラムのサイズを小さくしました。

「価格が高い」
「もっと買いやすい
価格にしてほしい」

価格は据え置き、ボリュームアップ。

価格そのまま据え置き、そのかわり焼き上がりサイズを確保する、りんごを増量するなど、ボリュームをアップして、価格に対する納得感をもってもらえるよう調整しました。

意外と添加物を
使っていると
思いました

添加物もさらに少なく！

あらためて原材料のひとつひとつを見直し、りんごフィリングの油脂を、添加物の少ないものに変更しました。

■ 組合員の声で、おいしくなって新登場！
産直産地の余剰りんごを有効活用するために開発された『産直りんごのアップルパイ』。インターネットでの先行販売モニター約400名の声を生かして、さらに改善をかさね、りんごがよりしっかり味わえるようになりました。

人参出荷基準

農薬や化学肥料を減らすかわりに、大きさは不ぞろい(=いいことばかりではない)。外見のよさを求めれば求めるほど、農薬の多使用につながる。見た目よりも安全面重視の規格。

品名	出荷期間/ エリア	出荷形態	長さ(直径)/重さ/個数(玉数)	形状(色目、傷、しなび等を含む)/包材/その他	更新日
人参	4月～7月	産地パック	①1本の重さ:60g～400g	①短根は中心直径の2倍以上の長さがあること	2010.1.26
新人参			②500g袋の本数:2本～7本	②奇形は軽微なものであれば可(1cm程度の曲がり・ねじれなど)	
人参(黒田五寸)			③1kg袋の本数:4本～8本	③二脇は不可	
人参(ひとみ五寸)			④800g袋の本数:3本～8本	④収穫時の多少の傷は可(ただし乾いているもの)	
人参(ベーターリッチ)	10月～3月	産地パック	①1本の重さ:80g～400g	⑤日焼けは芯周り1cm程度までは出荷可	
エコ含む			②500g袋の本数:2本～7本	⑥上部の茎の部分は根まで深くカットしすぎない事	
			③700g袋の本数:3本～8本	⑦上記にある短根などの奇形や形状の悪いものは必ず1袋1本のみとする	
			④1kg袋の本数:4本～8本	⑧虫食いは表面をなめる程度のものは可(ただし乾いているもの)	
			⑤1.2kg袋の本数:5～9本	⑨とう立ち(抽苔)は不可	
	-	原料出荷	①1本の重さ:60g～400g	⑩縦ひしは不可。横のヒビは3cm程度までは出荷可。 ⑪白い粉(カルシウム剤など)が付着していた場合には出荷不可とする	

見栄えは劣りますが

「果皮に黒い汚れがある」など、
「外観の状態」について受け付けた
クレーム現品。



091222クレームエコ・温州みかん(三皿園)黒い汚れ



091215エコ温州みかん(三皿園)
黒すす不可(入荷原料から発見)

確かに見栄えは劣りますが、
実際に食べてみると三皿園のみかんは味が濃くとても美味しいです！

栽培の現状を伝えながら、
組合員さんにも是非食べていただきたいですね。

品質管理課

③農林水産省・消費者庁などによる「食品ロス」削減の取り組み

■「食べ物のムダをなくそうプロジェクト」

事業者・消費者双方への啓蒙活動や広報を進めるため、関係省庁によるプロジェクトが発足。



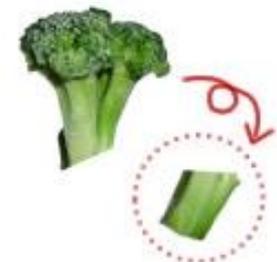
食品ロス削減国民運動ロゴマーク「ろすのん」

第1回「食品産業もったいない大賞」でパルシステムが審査委員会委員長賞を受賞（フードバンク山梨も同賞受賞）

「100万人の食づくり」運動 産直プロジェクト11「もったいない」プロジェクト



通常は45%が破棄され、55%しか使用されません。



もったいないプロジェクト2

ひとりひとりの消費の仕組みを変える！

食品ロスを削減するためには。

1. 消費者と生産者の距離を縮める。消費者は生産者のことを考えて消費する。

消費者のレベルアップ！

2. 暮らし方、食べ方、購入の仕方をかえる。

必要なものをムダなく購入し、使い切る。

保存食、食材の使い切り術。

3. 家庭に届くまえの廃棄をへらす。食べられるのに捨てられる物を食卓に登場。

④「和食；日本人の伝統的な食文化」が ユネスコ無形文化遺産に登録

■農林水産省による「和食」のアピールポイント

◇多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重

日本には南北にわたる地域の豊かな自然に根差した多様な食材があり、素材を活かす技術や道具も発達。

◇栄養バランスに優れた健康的な食生活

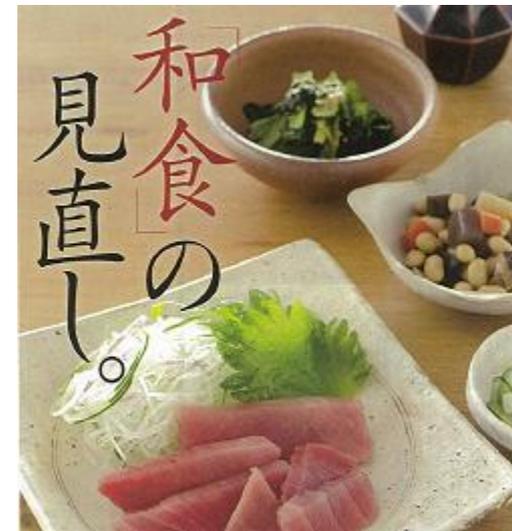
理想的な栄養バランスと言われる一汁三菜で、「うま味」を生かし動物性油脂の少ない食生活を実現。長寿、肥満防止に役立っています。

◇自然の美しさや季節の移ろいの表現

季節の花や葉などで料理を飾り、季節毎の調度品や器などで、自然の美しさや四季の移ろいを表し楽しみます。

◇年中行事との密接な関わり

年中行事と密接に関わる食文化の中、自然の恵みである「食」を分け合い、食の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深めてきました。



2. 「ほんもの実感！」くらしづくりアクション2014 3つの行動テーマ

私たちの「選ぶ」が社会を変える！

3つの行動テーマで取り組んでいきます。

●「ほんもの」を選ぶことで世の中が変わる！

食べ物はもちろん、石けんや日用品など、食とくらしを支える商品は、社会や環境とつながっています。安さや便利さに感わされず、商品の背景を知り、その価値に納得して選ぶことが、自らの健康を守り、誰もが安心してくらすことができる社会、自然環境の創造につながります。



「選ぶ」という力の積み重ねが、「遺伝子組換えNO!」の実現にもつながります

●「ほんもの」を作る生産者・メーカーと会おう！話そう！

商品の価値を知るためには、作り手の思いを知り、商品づくりの物語を共有することが大切。作り手と食べ手の距離を近づけるためにも、パルシステムは生産者やメーカーと直接ふれあえる機会を増やしていきます。



公開確認会や商品展示会などの機会が、作り手と食べ手の距離を縮めます

●「ほんもの」をおいしくムダなく使いこなそう！

作り手が心を込めて作った食べ物だからこそ、感謝の気持ちや無駄なく使いきる工夫も大事にしたいもの。パルシステムは、食材を無駄なくおいしく食べるための活用法や、保存食づくりを提案していきます。



ぬか漬けは、食材を無駄なく使う昔ながらの知恵のひとつです

みんなが思っている以上に一人ひとりの力は大きい！

パルシステム商品委員会
委員長 吉中由紀



私たち組合員が商品を「選び」利用することは、何かを変えることにつながっていますし、自分たちが思う以上の力があります。何が「ほんもの」なのかを理解して選ぶことで、社会や自然環境を変えていくだけでなく、生産者やメーカーのみなさんが「ほんもの」を作り続ける力となり、私たち自身のくらしも豊かにしてくれるのです。「おいしい」「この商品はいいね!」そんな輪を広げていくことで、みんなが心豊かにくらす社会を作っていきましょう!

カタログ裏表紙「おしゃべりジャーナル」での取上げに対し、 声を頂きました。(パルシステムの買い物アンケートより)

- 「思っている以上に一人ひとりの力は大きい！」「メーカーと会おう話そう！」に賛成。保存食づくり提案も嬉しい。こういう記事を読めるのが生協加入している醍醐味。3.11や色々な災害で世の中が大変な目にあっている今、足るを知りシンプルに本物志向の、より良い世の中へ、という機運を高める一つになってほしい。
- 私たち(消費者)が「ほんもの」を選ぶことの大切さを改めて感じました。その選択が生産者やメーカーの方々の「ほんものをつくる力」につながり、更に私たちの生活を豊かに導いてくれることを知りました。
- 食料自給率向上のために、自分に何ができるのか、わかりませんでした。この記事で選ぶことで社会を変えていけると知り、励みになりました。
- 「ほんもの実感」は共感でき、子どもたちのためにも実施していきたいテーマです。一人では難しいこともパルシステムで繋がることで、実現できる取り組みだと思いました。
- パルシステムの理念を改めて感じ、これからも頼りにしたくなった。また、一人一人の力も大切にしてくれているのが伝わった。

……など。

●「ほんもの」を選ぶことで世の中が変わる！

食べ物はもちろん、石けんや日用品など、食とくらしを支える商品は、
社会や環境とつながっています。

安さや便利さに惑わされず、商品の背景を知り、その価値に納得して選ぶことが、
自らの健康を守り、誰もが安心してくらすことができる社会、自然環境の創造につながります。

産直産地で持続可能な
生産をされた産直原料

産直米



産直大豆



産直肉

生産環境に負担をかけにくい
石けん商品



持ち味を生かし、効率を
最優先としない製法で商品に



組合員



産直牛乳
産直たまご



産直青果
産直果物



産直提携水産品



●「ほんもの」を作る生産者・メーカーと会おう！話そう！



5月組合員向け企画にて、株式会社ぎよれん北光様による、PB「北海道えりも産日高昆布」学習会の様子

多くのメーカー様のご協力により、商品ができるまでの苦労やこだわりや商品そのものの良さを伝えていただいています。

■ 職員向け学習会

各生協が選定した商品について学習。

上半期のみで9生協、延べ158センターにて、延べ5,682名が参加。

■ 組合員向け学習会

6月~9月末までの3ヶ月間で、9生協で100企画実施、2200名以上が参加。

●「ほんもの」をおいしく、ムダなく使いこなそう

ユネスコ無形文化遺産に登録され、世界からもその価値を認められた「和食」。パルシステムはこれからも「ごはんが真ん中」の日本型食生活を呼びかけます！

ごはん＋汁三菜の日本型食生活!!

野菜の
副菜



たんぱく質
の主菜



余り野菜で作れば
ムダもなくせる♪

大豆製品
などの副々菜



植物性乳酸菌も
とれる漬物



体を動かすエネルギーとなる
炭水化物の糖質に加え、良
質のたんぱく質も



植物性の良質な
たんぱく質を！

だしの旨みと風味が
ごはんを一層
おいしくする汁物



粒食で消化・吸収がゆっくりで
腹持ちがよく、調理は水で炊くだけ！

かつお節の香りには
「ほっとする」成分も



●「ほんもの」をおいしく、ムダなく使いこなそう 台所から「もったいない」を出さないくらしを提案

◇買い物は、パルシステムで週に1回、計画的に。

スーパーなどでは特売品やおまけつき商品など必要ない物も買ってしまいがち。パルシステムなら、注文の前に在庫を確認。必要な物を、必要な量だけ注文。配達前日には、冷蔵庫を棚卸。新しい商品を入れるスペースを作りましょう。

◇野菜もムダなく使い切り！

ふだんは捨ててしまう、大根の葉やキャベツの外葉に芯…。実は栄養があるこれらの部位をおいしく調理できるレシピを提案。野菜の種類や性質にあった、適切な保存術なども紹介し。生産者が心を込めて作った、食材を使い切ります。

◇季節を楽しむ手作り保存食の提案も引続き！

季節の手作り保存食は、四季の食材を楽しむだけでなく、旬の恵みを長期間いただく、昔ながらの日本人の智恵。食材を大切に扱ってきた、日本人の「もったいない」の心を大切にしたい提案を進めていきます。





- 食材を無駄にしない保存・調理をレシピ集で提案

食べ物を捨てない生活で “ほんもの”の豊かなくらしを。

食べ物は、作り手が心を込めて作ったもの。だからこそ無駄にせず、感謝の気持ちをもって使いきる工夫をしたい。パルシステムでは、無駄に廃棄する食物を減らし、おいしく食べきる工夫を提案していきます。



「まるごとおいしい！
使いきりレシピブック」
2014年7月発行 A5 52ページ

日々の食事づくりで、食材をなるべく廃棄せず、まるごと調理する工夫や、おいしく変身させるヒント、アイデアレシピを紹介。

【内容紹介】

1章 野菜をおいしく食べ尽くそう！

旬の野菜の基本の保存方法ややりくりの技、常備菜レシピなど

きゅうり

水けをふくことが、一番大切！

水にさらったきゅうりの特徴です。必ず水けをふいてから保存しましょう。冷たく感じるのもよみやすいので、種物は冷蔵庫の野菜室に。

ひと手間！

水けをふいてから、ペーパータオルか新聞紙で包み、袋に入れて野菜室に。

ひと手間！

水けをふくことが、一番大切！

水にさらったきゅうりの特徴です。必ず水けをふいてから保存しましょう。冷たく感じるのもよみやすいので、種物は冷蔵庫の野菜室に。

保存期間

目安として野菜室で1週間前後

※湿度や温度をペーパータオルが吸収してくれるので傷みにくくなります。

※種物は新聞紙のペーパータオルは、必ずすきやうらぎに活用しても。

長持ちのためのひと手間や冷凍保存の小ワザがたっぷり

常備菜

ねぎのナムル

秋 冬

ねぎのナムル

材料

- ねぎ 100g
- しょうゆ 大さじ1
- 酢 大さじ1
- 塩 少々
- 油揚げ 1枚
- かつお節 少々

作り方

1. ねぎはよく洗って、水気を拭き取る。
2. ねぎを一口大に切る。
3. 油揚げは油を揚げ、油を拭き取る。
4. ねぎ、油揚げ、しょうゆ、酢、塩、かつお節を混ぜ合わせる。

ねぎの焼きびたし

ねぎの焼きびたし

材料

- ねぎ 100g
- しょうゆ 大さじ1
- 酢 大さじ1
- 塩 少々
- 油揚げ 1枚
- かつお節 少々

作り方

1. ねぎはよく洗って、水気を拭き取る。
2. ねぎを一口大に切る。
3. 油揚げは油を揚げ、油を拭き取る。
4. ねぎ、油揚げ、しょうゆ、酢、塩、かつお節を混ぜ合わせる。
5. ねぎを焼く。

「旬の食材が食べきれないほど手に入った」。そんなときは常備菜に

2章 ひと工夫でおいしく。いつも捨てていた野菜の皮や芯を上手に使うレシピなど



キャベツの芯を使って・・・

えのき茸の根元を使って・・・



マンネリを脱却！

3章 おいしさ広がる乾物活用術

持て余しがちな乾物をおいしく食べきる
レシピがたくさん



切干大根はみそ汁やマリネにも

4章 必要な分だけ、調味料を手作り！

たれやドレッシングは、使う分だけ手作りで
冷蔵庫すっきり



作りたてはおいしく、しかも、あれこれ
たくさんの種類を購入するより経済的！

食材を無駄にしない コツもご紹介！

さあ、やってみよう！

購入について

- 食べられる分だけを購入する。
- ストックを確認してから購入する。
- 不必要なものは購入しない。
- 購入先を特定する。
- セール品に飛び付かない。

保存について

- 常備菜などは、正しく保存する。
- 保存したものは、古いものから順に早めに食べる。
- 常備品をストックしすぎない。
- 賞味期限と消費期限を理解する。
→ 29ページへ

料理について

- エコクッキングにチャレンジしてみる。 → 18ページ Chapter 2 へ。
今まで活用しきれずにいたものが、おいしくて栄養価の高い食材である場合もあります。ぜひ本書のレシピをふだんの料理に取り入れてみてください。
- ふだんの調理では、残さずに食べられる分だけを作るようにする。

冷蔵庫と うまく 付き合う 方法。



その1. _____

ふだんから詰め込み過ぎないようにする。

- 中をひと目で見渡せるようにしておけば、「ダブリ買いをしてしまった!」ということも起こりません。
- 常に取り出しやすい状態にしておくことで、食べ忘れや使い残しなどの発生を防ぐことができます。

〈電気代節約のために〉

冷えやすい状態にすることで電力消費が抑えられ、節電効果が高まります。

- 冷蔵室は、7割を超えない程度の占有率が◎。ものを入れすぎた状態だと、冷気がうまくまわりません。
- 冷凍室は、7割以上入れておくのが、理想的。冷凍品がほどよく入っているほうが低温を保てます。

その2. _____

週に一度、
タイミングを決めて棚卸し。

パルスシステムのお届けを基準にした場合……

●《配達日前日》

商品配達日の前日に棚卸し。大切なのはスペースを空けること。早く食べたほうがよいものは、その日のうちに使って、余裕のある状態に。新しいものを入れられるようにしておきましょう。

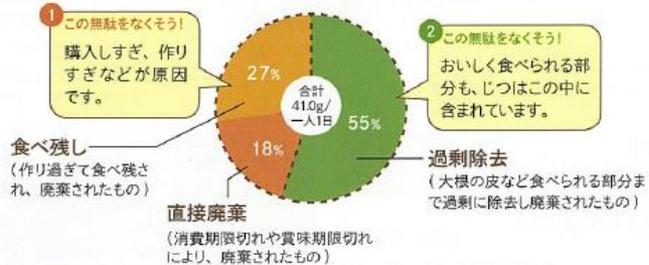
●《商品到着日》

新しいものを、どどん詰め込んでいくのはNG。入れる際にも注意が必要です。なるべく新しいものを奥へ、古いものを手前に置くようにしましょう。

食品ロスの現状と行動提起も・・・

ごみを減らしてスマートに！

家庭における食品ロスの内訳



出典：農林水産省資料をもとに消費者庁にて作成

① 食べきれず捨てていませんか？

作ったものや、購入したものを、しっかり食べきるようにすればごみが出ないから家事がスマートに！食材を無駄なく使いこなすことで、経済的に！

② 過剰に捨てていませんか？

皮と実の間や葉には栄養がたくさん含まれています。それらを上手に調理し食べることで栄養がとれ、からだのためにもなります！

これが世界全体の食品ロスの現状です。

世界全体で人の消費向けに生産された食料のうち、ほぼ3分の1が失われ、あるいは捨てられています。



出典：国連食糧農業機関 (FAO)

私たち一人ひとりが無関係ではられない。

日本の食料自給率は、先進国のなかでも最低と言われる約40%。

食料の半分以上を輸入しながら、その約3分の1を捨てています。

一般家庭から毎日のように廃棄されるものの中には、手つかずの食品や作りすぎた料理など、まだ食べられるものが含まれています。外食産業に限った話ではありません。私たちの問題なのです。

約5600万トン



日本が年間輸入している食作物(全体)

約1700万トン



日本で年間捨てられている食作物(全体)

500万～800万トン



まだ食べられるのに捨てられている食作物 (賞味期限切れや食べ残しなど、年間の食品ロス)

約850万トン



日本のコメの年間収穫量

- 日本では、年間1,713万トンの食品廃棄物が出ています。このうち、食べられるのに捨てられている食品ロスは、年間500万～800万トン。
- 家庭における一人当たりの食品ロス量を試算した場合、1年間で約15kg(食事60回分)に相当。おにぎりを毎日1～2個分、捨てていることとなります。

出典：国連食糧農業機関 (FAO)、農林水産省

「捨てないこと」で得られるのは、ほんものの豊かさ。

まだ食べられる食品のごみ処理に、膨大なエネルギーとお金が使われている現実。「たくさん買ってたくさん捨てる」を各家庭がやめれば、私たちはもっと快適になります。

「必要なだけを持つくらし」「捨てないくらし」を始めてみませんか？

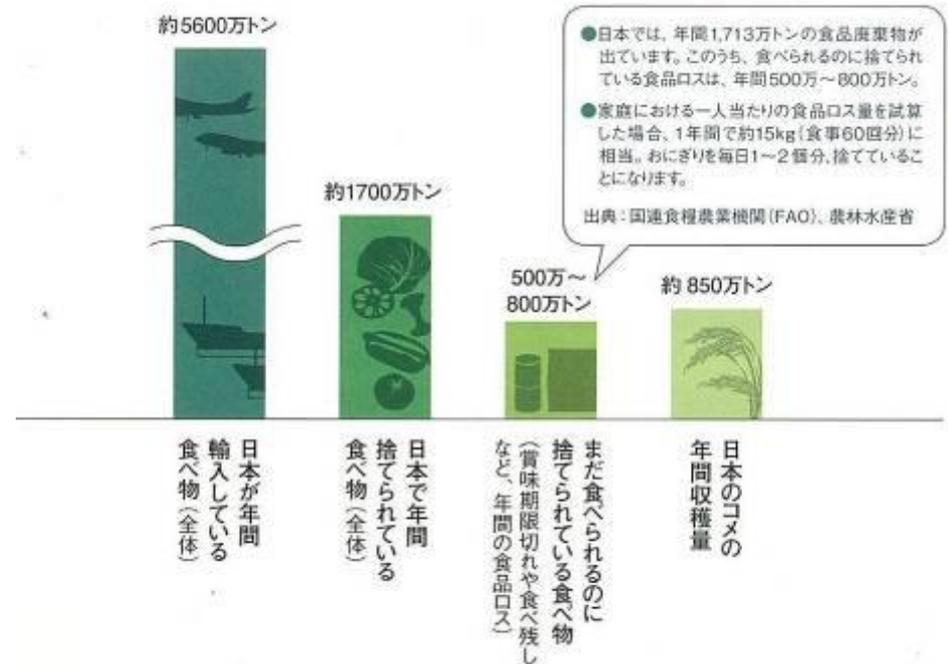
「大量生産・大量消費」からは得られないほんものの豊かさに近づけるはずです。

そして、家計のやりくりも、ぐっとラクになることでしょう。

私たち一人ひとりが 無関係ではられない。

まだ食べられるのに捨てられる“食品ロス”は、日本の米の収穫量に迫るほどの量

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに廃棄された食品のことをいいます。日本では、年間500万～800万トンにのぼり、米の収穫量（年間850万トン）にも迫るほどの量に。飢餓に苦しむ人への食品援助量390万トンをはるかに上回る結果になっています。「何を食べるか」の選択肢が増え、豊かになった裏で起きているこの現状。「無駄を出さずに調理する」という昔からの日本人の知恵を、もう一度見直しませんか？



7月4回カタログ裏表紙「おしゃべりジャーナル」のコーナーで 食品ロスの課題と共にレシピブックを紹介。

pal・system

コトコト 2014年7月4回

おしゃべりジャーナル

組合員と組合員、組合員と生産者を結ぶコミュニケーションスペースです

“選ぶで変わる”



ほんもの
実感

くらしづくりアクション

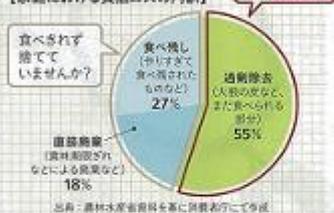
食べ物を捨てない生活で “ほんもの”の豊かなくらしを。

食べ物は、作り手が心を込めて作ったもの。だからこそ無駄にせず、感謝の気持ちをもって使いきる工夫をしたい——。パルシステムでは、無駄に廃棄する食物を減らし、おいしく食べきる工夫を提案していきます。

まだ食べられるのに捨てられる“食品ロス”は、
日本の米の収穫量に迫るほどの量。

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに廃棄された食品のことをいいます。日本では、年間500万～800万トンにのぼり、米の収穫量(年間850万トン)にも迫るほどの量に。飢餓に苦しむ人への食品援助量390万トンをはるかに上回る結果になっています。「何を食べるか」の選択肢が増え、豊かになった裏で起きているこの現状。「無駄を出さずに調理する」という昔からの日本人の知恵を、もう一度見直しませんか？

【家庭における食品ロスの内訳】



組合員といっしょに取り組んだ
「もったいない」が表彰されました。

パルシステムでは、規格外の野菜や、廃棄部を減らしたものを商品化したり、組合員の「もったいない宣言」を募集して広げするなど、多様な取り組みをすすめてきました。2014年3月、「第1回食品産廃もったいない大賞」にて、パルシステムは審査委員会委員賞を受賞。組合員といっしょに取り組んだ姿勢が評価されています。



アロココリーの茎を長めに残し、腐敗する部分を減らしました。

5,892冊の
ご注文を
頂きました

新刊

目からウロコ！の使えるレシピがいっぱい！



商品のお届けは毎月17日20日(月)～8日1日(金)となります。
表紙のデザインが、お届けのものとは多少異なる場合があります。

pal

149993

まるごとおいしい！使いきりレシピブック
1冊 300円(税込324円)

日々の食事情づくりで、食料をなるべく無駄にせず、まるごと調理する工夫や、おいしく食べきるヒント、アイデアレシピを紹介。●2014年7月発行 ●A5 52ページ

「もったいない」の知恵が詰まった本が新登場！

食品の無駄をなくして、家計にやさしく経済的で、楽しくエコなくらしが実践できる知恵やヒントがいっぱい。現代のくらしに合った「まるごと食べきる」技をたっぷりご紹介します。

内容紹介

- 1# 野菜をおいしく食べ尽くそう！**
旬の野菜の基本的な保存方法やリキリの技、常備菜レシピなど
- 2# 捨てるの、もったいない！**
ひと工夫でおいしく、いつも捨てていた野菜の皮や芯を上手に使うレシピなど
- 3# マンネリを脱却！**
おいしさ広がる乾物活用術。
捨て余しがちな乾物をおいしく食べきるレシピがたくさん
- 4# 必要な分だけ、調味料を手作り！**
たれやドレッシングは、使う分だけ手作りして冷蔵庫ですっきり

内容の一部を紹介します！

■旬の野菜で作る常備菜や、乾物のアイデアレシピ



■農薬削減に取り組むパルシステムならではの「エコクッキング」。
皮や芯など、捨てていたものも、じつはおいしい！



そのほか、簡単にまるごと食べる焼きビーマンのマリネ、蒸野豆腐の中華そばろ、小町蒸入りとろろオムレツ、シーフードレッシングやはんぺん、スイードチリソースの手作りなど、合計64レシピを掲載。

カタログ裏表紙「おしゃべりジャーナル」での取上げに対し、 声を頂きました。(パルシステムの買い物アンケートより)

- 食品ロスは以前から気になっていました。食品をムダにせず出来るかぎり食べつくすことはゴミ削減にもなり自分なりに頑張ってきましたが、紹介されていたような冊子があればレパートリーも増えるし一石二鳥だと思いました。早速購入します！
- 「もったいない」についてのパルの考え、大好きです。私もキャベツの芯、捨ててました。えのきの根元も食べられるんですね。「まるごとおいしい!使い切りレシピブック」欲しくなりました。そして、できるだけ残さず食べられるようになりたいと思いました。
- 何気なく捨ててしまっていた物でも、知識さえあれば無駄にする事無く活用できるんだと思い知らされた。
- パルシステムで注文したものは全部使い切るようにしていますが食品ロスの内訳を見て今まで以上に意識しようと思いました。規格外の野菜など、できるだけ利用いきたいと思いました。

……など。

パルシステム 使いきりレシピブック発売

「もったいない」がおいしいに

食品ロス削減へ

パルシステム連合会は7月14日から、経済的で環境にやさしい「もったいない」の知恵が詰まった『まるごとおいしい！使いきりレシピブック』を発売した。

A5判のオールカラー52ページで、本体価格は300円。

このレシピ集は、日々の食事づくりで食材をなるべく廃棄せず、まるごと調理する工夫や、おいしく変身させるヒント・アイデアなどを掲載。

野菜の皮や芯は工夫しだいでおいしく食べられるもので、内容は①野菜をおいしく食べ

る。野菜の皮や芯などの部分を使って作ることができる料理のレシピを掲載。「キャベツの芯のかき揚げ」や「大根の皮のしょうゆ漬」などを紹介する。

がちな乾物をおいしく食べきるレシピがたくさん、④必要な分だけ、調味料を手作り！（たれやドレッシングは使う分だけ手づくりで冷蔵庫すっきり）という構成。

食材「使い切り」レシピ本

大根の皮も残さず

関東周辺の9つの地域 役立つレシピ本を発売する生協でつくるパルシステム。大根の皮など本来食ム生活協同組合連合会べられるのに捨てられる（東京・新宿）は14日、ことの多い食材を活用できるレシピを紹介。宅配で扱う食材の販売促進につなげる。



「まるごとおいしい！使い切りレシピブック」（写真、324円）を出す。組合員向けに週1回の宅配を通じて販売す

パルシステム生協連 宅配を通じて販売

る。野菜の皮や芯などの部分を使って作ることが出来る料理のレシピを掲載。「キャベツの芯のかき揚げ」や「大根の皮のしょうゆ漬」などを紹介する。

レシピ以外にも野菜を長持ちさせるための保存の仕方や、ドレッシングなど調味料を手作りする方法なども紹介する。組合員に野菜に関する知識を深めてもらい、食材の購入につなげる。

●スマートフォンアプリ「まめパル」のリリース ～食材管理を、ムリなくムダなく楽しく！～

パルシステムで注文した食材をムリなくムダなく使い切るため、楽しく食材管理ができるスマートフォンアプリを2014年7月にリリース。

3万人以上の組合員が毎週のムダを出さない注文や献立作りに活用中！！。



アプリストアから で検索！

ダウンロード・ログインで**100エッグ**プレゼント！

※パルシステムポイント10ポイント分



まめパルのポイント♪

Point

1 注文した食材や、
お届け履歴をラクラク管理♪

注文した食材はお届け日に
「食材リスト」でチェック。

食べきった食材は
リストから削除して
管理できます。

お届け履歴とお届けする
予定の商品も確認できて、
とっても便利♪



Point

2 カタログに載っていた
レシピも見られる♪

レシピ マーク

注文時のカタログに
掲載されていた
レシピを表示します。

♥ マーク

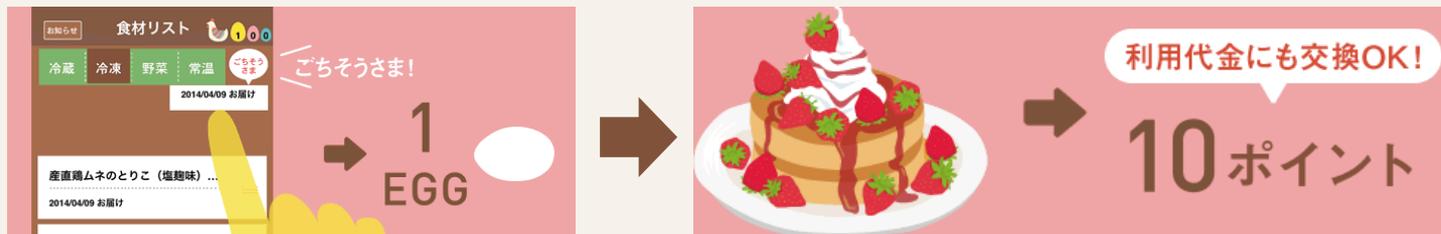
環境や社会に「ちょっといいこと」が
起こる商品。「使ってくれてありがとう」
というメッセージを表示します。



Point

3 「エッグ」をためて、ポイントに交換♪

使いきった食材を削除して「ごちそうさま」すれば、「1エッグ」獲得！
100エッグたまるとパンケーキが1皿完成！10ポイントに交換できます。



各地域生協の「商品展示会」での 「食材・ムダなし宣言」募集

パルシステムグループの各地域生協の「商品展示会」の場で、
食材を無駄にしない暮らしの提案とともに、来場者から食材を無駄に
しないためのアイデアを募集。



ムダなし！ お買い物達人 チェックシート

パルシステムの
週に1回の計画購入で
食材のムダを出さず
くらすポイントを
チェックシートで確認！



「ほんもの実感！」くらしづくりアクション
「ほんもの」をおいしくムダなく使いこなそう！

あなたの「ムダなし！お買い物達人度」チェック

- 食材は基本的に週1回で、計画的に買う
- 買い物の際には必要な食材をリストにする
- 1週間分の主菜を考えて買う
- 予定変更できるようにレシピのレパートリーが多い食材を選ぶ
- 買い物の前に冷蔵庫の在庫をチェック
- 残り物活用レシピのために食材を買い足す
- 新商品・お買い得商品などでも必要がなければ買わない
- 基本的に1週間で食べ切れる量を買う
- スtock食材は日常メニューにも取り入れ定期的に交換
- 週に1度は在庫活用レシピで、冷蔵庫の中身を減らす



さらなる「お買い物達人」を目指そう！
次のページをチェック！⇒

食材を無駄にしない、保存と調理のコツも配付

ムダを出さない！食材保存・調理心得



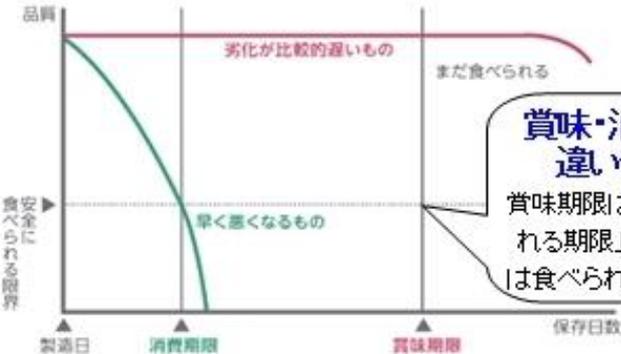
冷蔵庫の中身はいつも
一目で見渡せるように
パルシシステムの配達前日は
週に一度の冷蔵庫の棚卸しを！

生鮮食品の保存は
冷凍庫も活用！
下処理して冷凍すれば
調理もスムーズに♪



適温・適所に保存！
食材ごとに違う、おいしさを保
てる温度。長く保存する程、
劣化することも忘れずに！

在庫の賞味・消費期限
は常にチェック！
「食べたいもの」からではなく、期
限の短いものから順番に消費！



賞味・消費期限の
違いも確認！
賞味期限は「おいしく食べら
れる期限」過ぎててもすぐには
食べられなくなります。

出典：消費者庁啓発用パンフレット（平成26年2月版）

作りすぎ、味が好みでない
メニューはリメイク！
ポトフ→カレー→カレーうどん。
味の濃い野菜炒めはスープになど♪



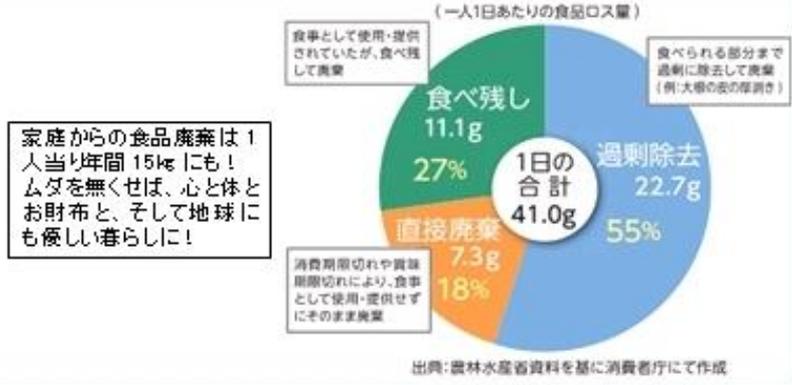
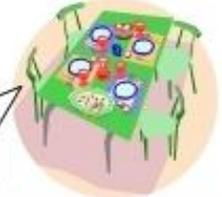
多すぎた材料は
下処理して保存！
作りすぎを防げる上に、
次の調理も手早く♪



食材はまるごと使い切り！
キャベツの芯、ピーマンの種もまるごと！
レシピ次第で、おいしい1品に！



作り過ぎない！
手間と時間と愛情と、お金をかけて作る
料理。きちんと食べきりムダにしない！



ムダを出さないくらし方の呼びかけに、1001名のくらしの中での「ムダなしアイデア」や「食材・ムダなし宣言」が集まりました！

食材・ムダなし！調理の達人宣言！

野菜(根・葉等)
皮ごと使っちゃおう



残り野菜を
使っちゃう！



衣巻は空^{くわ}の^こりと^とこ^りの^から
食材の皮は^ちろ^ろと^くら^いに^して^くち^ます
ブロッコリー・大根・ニンジン
パスタの皮
穂^ころ^は水^をつけて
育てる。

あまった野菜は
干して、干物に…
ぬかづけや、
昆布^{くわんぷ}みじりに…

大根の葉を
汁物に入れます。

自家おつけを作り
おすか^おす^かの^皮を^使って
野菜の根もと^とを
取^りおいて^はお^ろし
お^ろした^の皮^をに^くち^ます

野菜・果物の
皮を煮出して
出汁をとる

魚は切身でなく
まるごと買って
あたまと骨ごと
ダシをとる!!

野菜はまるごと
買う野菜にして、蒸^たり
汁^じけ^けにして^はく^ちま^す
使^いき^る野菜^にして^くち^ます。
肉の骨^{ほね}を^使って^くち^ます

野菜はあまりないよう
使^いき^るよう^にして^くち^ます。
ネ^えと^して^はく^ちま^す
に^んじ^ん大^{だい}根^ねの^皮は^皮まで^くち^ます
食^くべ^るま^うに^{して}く^ちま^す。

冷蔵庫にある
メインの野菜は
ほとんどまでつかいき、
小さくおろしたら水^みを^くち^ます
一番目まで所^とろ^とろ^とく。

~~夕飯~~
冷蔵庫の
のり^{のり}も^もの^りで
み^みず^ず汁^じをつ^つく^く

かぶは、
ぬかづけ。
葉^はは^は心^こに^にめ^めて
ふ^ふり^りか^かけ

食材の残りは、
(やさしい^{やさしい}の^のり^{のり}を^をく^くち^ます)
煮^にく^くち^ます^のに
混^まぜ^ぜち^ちま^ます!

皮ごと食べる。

冷蔵庫の中を
カラッぽりにしてから
買い物に行く!!

パルで買えば
ムダがない!

安いときに買って
ストック(冷凍)
迷っても必要な
物は買わない

いくら安くても
買わない。
種類あります

スーパーに行かぬ
生協の食材が
便利!

肉類魚類は
まとめ買いして
冷凍
1wの南産を
考える。

冷蔵庫の物を見てから
買い物をする

特売にまよわず
良い物を計画的に
購入します。

食材・ムダなし! 買い物達人宣言!

ネギなどの根を
水につけて、また
成長させて利用する。

セリの葉は
きざんで冷凍
スープにちぎ
り。

野菜は外側と
内側に分け
ふくろに入れ
保存する

食べきれない
時、ねぎなど、細かく
きざんで、冷凍保存

まめパル
活用してます!!

大根1本のたろ
葉はきざんでつけて
おとほけて切って
保存する

消費期限を
チェックする。

冷蔵庫・冷凍庫
の中のものを
定期的に整理し
食べる!!

食材・ムダなし! 保存の達人宣言!

子どもたちも
「もったいない」を
日々意識！
この他にもたくさん
の声を頂きました。

給食をのこさず食べてます。

にかたなものはあるけどなるべく食べる

ママのおりょうりを全部たべる！

のこさず食べる

すききらいもない

のこすきれいにたべまわ

番外編 ☆ 食材・ムダなし！
お食事の達人宣言！

各県商品展示会での件数内訳

9/7(日)	福島	145件
10/5(日)	静岡	128件
10/29(水)	埼玉	303件
11/1(土)		168件
11/1(土)		107件
11/15(土)		150件
11/29(土)	神奈川	開催予定！

パルシステムは今後も、

「ほんもの実感！」くらしづくりアクション

の取り組みのもと、

「ほんもの」をおいしくムダなく使いこなそう！
の呼びかけを、組合員や社会に広めます。

パルシステム連合会本部や
各会員生協の組合員活動の場での
自主上映会も随時開催中！



もったいないプロジェクト3 「今こそ！産直の底力」

生産者と協同でもったいないを実現。

1. 耕作放棄地の活用。未利用資源の活用。

2. 生産現場にはさまざまな資源がある。有効活用を推進。

「経済成長こそ幸せに通じる」と信じ、格差や競争を助長してきた近代社会。

私たちは自然や他者との「つながり」をどんどん手放し、孤立を深めていきました。

一人ひとりが自分らしく、いきいきと生きることのできる社会を取り戻したい。

パルシステムは、「食と農の関係」を見つめ直すことから始めました。

そしていま、確信します。「産直」にこそ突破口があると。

いのちの循環を未来へ手渡すために。

農業や漁業を柱とする持続型社会をつくるために。

相手の存在を認め合い、理解し合い、利益もリスクも分かち合える関係

有機農業の推進と中古農機を取組 「くらぶコア」との協同の取り組み

中古機械も使わないと「もったいない」
物を大切にできる心が生きる取組です。

- 有機農業と中古農機。
有機農業には欠かせない農機との関わり。
- 中古農機と若手生産者。
農家の知恵と後継者育成。
- これからの課題。
更なる「もったいない精神」を生かして。

年間30品目の生産。

(有)くらぶコアでは、年間30品目の有機野菜を、有機農法で生産しています。

播種・除草・収穫など、様々な場面で農機の使用は欠かせません。



農機の組合せでの効率化。

作物に合わせて改良したパーツを、
アタッチメントで装着。

日々の様々な場面で対応できるように、
工夫しています。



中古農機と若手生産者～農家の智恵と後継者育成～ 眠らせて置くにはもったいない

多くの場面には、多くの農機が必要です。
広い保管場所を整備して、農家の知恵を絞り、
中古農機を活用して行なっています。



年間30品目の生産

また、アタッチメントを活用するには、
取付や、修理技術が必要不可欠。
若手生産者の技術指導も欠かさず、
後継者育成に励んでいます。



これからの課題～更なる「もったいない精神」を生かして～ 機材の次は燃料の問題

多くの場面で活躍する農機。

その分掛かるのが燃料費（軽油）です。

どうにか生産と組合わせた解決案は無いものか？

農家の知恵が導きだした答えは・・・。



休耕地はもったいない！？

別の取り組みとして、
休耕地にひまわりを育て、種から油を搾り、
農地再生・景観保持をはじめ、
地産地消の商品開発をしています。



油も隅々まで使います。

その、ひまわり油の廃油を精製して、
農機の燃料に使えないものか・・・？
更なる「もったいない精神」が、
始まろうとしています。



まとめ

物のあふれた現代社会で、
「もの」の大切さと向き合い、
知恵を絞って何かを生み出す。
今、忘れられつつある日本人の、
「もの」を大切に作る心が生きる。
そんな取組を進めています。