

特集 捨てれば“ごみ”、集めれば“資源”

ABパック・ヨーグルトカップを戻そう!

P5 理事会・監事会だより

P6-7 知ってる? やってみよう!
お知らせ&イベント情報



Present!

『ブラキャップを取りマウス』&
『こんせんくんぶくぶくシール』



20名様



※シールの写真はイメージ画像です。
実際の製品とは異なる場合があります。
ご応募はP8をご覧ください。

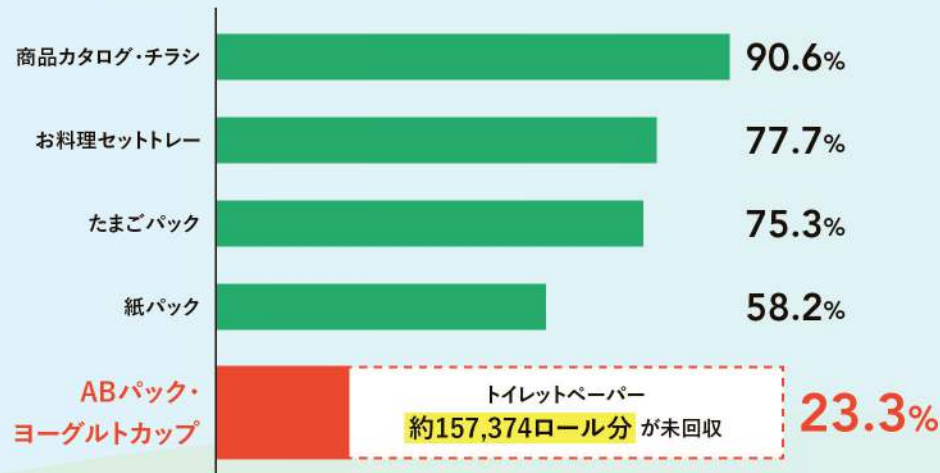
特集 捨てれば“ごみ”、集めれば“資源”

ABパック・ヨーグルトカップを戻そう！

パルシステムは資源循環、廃棄物の削減をめざし、リユース・リサイクル品の回収を行ってきました。カタログやチラシ類などの回収は浸透してきているものの、ABパック・ヨーグルトカップの回収量はまだまだ不足しています。捨てられてごみとなる前に回収できれば古紙原料となり、トイレtpーパーなどの製品や資源に生まれ変わります。循環型社会の実現にさらに一歩近づきます。

まだまだ
やれる！

リユース・リサイクルの伸びしろはココ！



2025年度リユース・リサイクル回収率（累計）より ※パルシステム千葉の実績（2026年3月末時点）

あなたの“戻す”が、資源化を進めます。

商品カタログ・チラシは90%、お料理セットトレイやたまごパックも70%を超える高い回収率になっています。一方で、ABパック・ヨーグルトカップは30%に満たない結果となり、まだまだ伸びしろがあります。この未回収分をトイレtpーパーに換算すると、何と157,374ロール分の資源に！これ以上、資源をむだにしないよう、ぜひ、回収へのご協力をお願いいたします。

ABパック ヨーグルトカップ

みんなはどう工夫してる？

わが家の気軽なリサイクル術

開くまでの置き場はシンクに！

ABパックは飲み終えたら、たたんでシンクに。いつまでもあると邪魔だし、プレッシャーにもなるので「さっさと洗おう〜」ってなるんです。



「キレイ」はめざさない！

パックを切ったり洗ったりするのが完璧にキレイでなくても、気にしすぎないようにしています。返却を継続していくことが大切なので、どうすれば自分が返却しやすくなるかを考えています。



使い終わったらすぐに洗う！

乾燥してしまうと洗うのが大変に……。すぐに洗えば、水ですすぐだけで汚れが落ちるので、ずっと楽なんです。



返却すると満足感が！

ちょっとした手間をこなし、返却するだけのことで「私ひとりでもやれば、地球が喜ぶんだ」と信じているので、ちょっとした満足感も。

可燃ごみが減る！

可燃ごみに出せばラクかもしれないけど、パックやカップはかさばってごみ袋がすぐにパンパンに。可燃ごみを減らせるのって結構快適なんです！

通い箱に戻すと……

パルシステム商品や資源に生まれ変わる！



ABパック ヨーグルトカップ 回収対象と戻し方

ABパック

市販品もOK！



内側の銀色が目印！



ABパックとは……

紙の内側をプラスチックやアルミ箔などでコーティングした紙パック。光や酸素を通しにくく、常温での長期保存に適しています。

ヨーグルトカップ



1 折りたたむ

2 開いて、洗う

3 乾かして通い箱へ！

2 開く

1 洗う



「たたんでくれてありがとう」のメッセージが！



上下を切り落して開いてもOK！



のり付け部分から開けば手で破ってOK！



汚れが落ちる程度に手洗いでOK！

ABパック内側のプラスチックやアルミ箔の部分は分離後、セメントの一部などの資源に！

パルシステム千葉はCO₂排出総量の削減に取り組めます。

日本が掲げる「2030年度に温室効果ガス46%削減（2013年度比）」、さらに「2050年実質ゼロ（カーボンニュートラル）」の実現。パルシステム千葉では、この大きな目標を達成するため「2030年までのCO₂排出量削減計画」を策定し、持続可能な社会づくりを推進しています。

パルシステムの リユース・リサイクル 回収できるもの

捨てずに
通い箱へ!

このマークが目印!



カタログや注文サイトにリサイクルマークがついた商品は
すべて回収対象商品です。

リユースびん



洗って
乾かして

たまごパック



汚れた部分は
切りとって!

紙パック・ABパック



市販品も
OK!

洗って開いて
乾かして

ヨーグルトカップ



フタは外して!

洗って開いて
乾かして

まとめ袋 (カタログ・商品)



中身と分けて

商品カタログ・チラシ類



注文用紙はカタログと別にして

外箱 (トマト・いちごのみ)



たたんで

ペットボトル



キャップは外して!

※『富士の天然水』が
対象です。
乾かして
軽くつぶして

米袋



米粒は残さず
空にして

回収できないもの

商品包材



ふた・キャップ類 市販のペットボトル



ビニール袋・輪ゴム



これってどうしたらいいの?

ペットボトルの 細いリング



細いリングは
付いたままでもOK

リユースびんのキャップ



1 手前下に引く
2 反時計回りに
3 上に引き抜く

これで OK!



公式
YouTubeで
わかりやすく
解説!



「パルRポイント」2倍キャンペーン実施中!

キャンペーン期間

2026年10月1回~10月4回企画の注文まで

注文時に以下の6ケタ番号を申請!

いざGO! クリーンな未来へ
135097

※返却した点数に関わらず、1週につき1ポイントの付与になります。
※キャンペーン期間中はポイント数が2倍になります。
※申請せずに返却するとポイントは付与されません。

ポイントの申請をしてリユース・リサイクル品を戻すと、「パルRポイント」が1週につき1ポイント
付与されます。当キャンペーン期間では付与ポイントが2倍に! ぜひ、ご参加ください。

お申し込み方法

●注文用紙の場合



●注文サイトの場合



●アプリ画面の場合



理事会・監事会だより

【2026年度 第4回定例理事会】2026年8月26日開催

1. 「令和8年熊本地震緊急支援募金」に関する専決の件
2. 2026年度パルシステム連合会への預け金上限額設定の件
3. 2026年度千葉県ESG債応募および上限額設定の件

【2026年度 第4回監事会】2026年8月5日開催

1. 第3回定例理事会の振り返りについて
2. 上期監事監査の日程と内容について
3. 次期監事体制について
4. 総代会実施後の監査実施チェックシートをもとにした点検結果について

7月事業状況

【供給高】3,275,022千円 (予算差-21,528千円)
【出資金】10,840,782千円 (先月差+57,342千円)
【組合員数】274,424名 (先月差+345名)

【2026年度 第5回監事会】2026年9月3日開催

1. 第4回定例理事会について
2. 事業所往査について
3. 上期監事監査について
4. 次期監事体制について
5. 八重洲監査法人監査について
6. 中根店棚卸立会について

2026年度 パルシステム千葉の平和への取り組み

ピースアクション in ヒロシマ 参加報告

広島県生活協同組合連合会と日本生活協同組合連合会は、被爆体験の継承や核兵器のない世界への想いを共有する場として、
1978年から「ピースアクションinヒロシマ」を開催しています。

8月4日(火)~8月6日(木)に行われた「2026 ピースアクションinヒロシマ」に、組合員家族8組16名が参加しました。

1日目 「室内碑めぐり」「被爆の証言」「平和記念公園の碑めぐり」

全国の生協参加者とともに分科会に参加し、まず平和ガイドの新谷さんから平和記念公園内の記念碑や遺構について学びました。
また、田中さんよりご自身の被爆体験や被団協(日本原水爆被害者団体協議会)の活動についてお話をいただきました。分科会
終了後は、ガイドの案内で平和記念公園の碑めぐりを行いました。

2日目 「広島平和記念資料館見学」「虹のひろばへの参加」

午前中は広島平和記念資料館を見学。平和記念式典の前日だったこともあり、館内では多くの方が展示物を見学していました。
午後は「虹のひろば」に参加し、平和活動の取り組みの見学や交流を行いました。

※虹のひろば
ピースアクションinヒロシマの企画のひとつで、講演やステージ企画、地元学生たちの活動の発表や全国の生協の活動の紹介などが行われています。

3日目 「平和記念式典参加」「おりづるタワー見学」

午前8時からの平和記念式典に参加。国内外から平和記念公園に集まった多くの方と共に、原爆投下時刻に黙とうを捧げました。
式典終了後は平和記念公園に隣接する「おりづるタワー」を見学。参加者全員で平和への願いを込めて「おりづるの壁」へ折り鶴
を投げ入れました。

参加後の振り返り会では参加者がひとりずつレポートを発表し、それぞれの視点で学んだこと、感じたことを共有しました。参加し
たお子さんからは、「被爆の記憶を継承していくことは、私たちの世代に必要なこと」「平和だからこそ、友だちに会えたり、学校に
行けたり、おいしいごはんを食べることができるのだと思った」。参加した親御さんからは、「同じ意識をもつメンバーといっしょに
参加し、想いを共有できて良かった」「子どもが現地で学ぼうとする姿を見て、親にとって貴重な時間になった」などの感想が
寄せられました。

〈3日間の行程を通して〉

現地で原爆の恐ろしさや平和への強い想いに直接触れることで、参加者一人ひとりが自分にできる平和の取り組みを考える貴重な
機会となりました。



▲参加者集合写真



▲平和記念公園の碑めぐり



参加者のレポートは
パルシステム千葉の
ホームページでご覧
いただけます。

知ってる? やってみよう!

お知らせ & イベント情報

※お申し込みの際にお預かりした個人情報は、受付名簿、連絡、会議・催し物等の適切な運営のために限定して利用します。
 ※「お知らせ&イベント情報」で掲載している表示価格は、すべて税込み価格です。(募金は消費税対象外)
 ※掲載している各種活動および行事は、ホームページおよび各二次元コードからもお申し込みいただけます。

～感謝の気持ちを込めて～ パルシステム千葉限定 10月3回「長期利用感謝企画」

お知らせ

パルシステム千葉ご加入5年以上の皆さまへ

組合員の皆さまからたくさんのご要望をいただき、これまでのご利用に感謝の気持ちを込めて「長期利用感謝企画」を実施します。ご加入5年以上の皆さまは、「長期利用感謝企画」チラシ掲載商品のすべてが、ご利用年数に応じて5%～20%OFFに！詳しくは、今週10/5(月)～10/9(金)配付の「長期利用感謝企画」チラシをご覧ください。

ご利用年数	ご利用年数	ご利用年数
5年以上～10年未満の方 (2017/4/1～2022/3/31までに加入)	10年以上～20年未満の方 (2007/4/1～2017/3/31までに加入)	20年以上の方 (2007/3/31までに加入)
5%OFF	10%OFF	20%OFF

▲詳細はこちら

※ご利用年数は「年度」を単位として計算しており、本企画における「加入5年以上」の対象者は2022/3/31までに加入された方となります。
 ※ご利用年数が5年未満の方(2022/4/1以降に加入)も表示価格でご注文いただけます。(割引対象外)

TEL: 0120-868-014 (月～金 9:00～20:00 土 9:00～17:00) パルシステム問合せセンター

11月 くらしトーク・トーク ～上半期報告会～

お知らせ

詳しくはホームページをご覧ください！

パルシステム千葉が上半期(4月～9月)に取り組んだことを報告し、役職員を交えて意見交換します。日頃、皆さんが疑問に感じていること、要望、期待していることなどをぜひお聞かせください！



TEL: 047-420-2605
 (月～金 9:00～17:00)
 組織・広報部

【会場開催】※いずれも10:30～12:30 詳細はこちら▼

- 船橋本部: 11/7(土)、11/9(月)、11/19(木)
- パルひろば☆おたかの森: 11/10(火)、11/26(木)
- パルひろば☆ちば: 11/12(木)、11/20(金)
- 東金センター: 11/9(月)
- 野田センター: 11/12(木)
- キューブ館山: 11/19(木)

【オンライン開催】

- 11/17(火) 14:00～16:00
- 11/21(土) 10:30～12:30

※切: 10/26(月)

- 保育あり(無料・要予約)
- 会場までの往復交通費支給
- パルシステム商品のプレゼントあり

子育てオンライン座談会(10月)防災対策どうしてる?

家族と「もしものとき」のルール、決めていますか?

いつ起きるかわからない災害に備えて、ご家族で「もしものとき」の話をしていますか?今回は子育て中の皆さまで集まり、日頃の備えについてお話しませんか。お気に入りのおもちゃやおやつ、普段食べて慣れている商品など、身近な持ち物から防災のヒントが見つかるはず。みんなでワイワイ交流しましょう。



日 時: 10/22(木) 10:30～12:00 参加無料
 ※11:30～12:00は退出自由なおしゃべりタイムです。
 テーマ以外のことで何でもOK!
 定 員: 10世帯 ※切: 10/18(日)
 ※応募者全員に10/19(月)までに当落結果をご連絡します。
 参加者には後日、パルシステムのお菓子和飲み物をプレゼント!
 (配達時にお届けします)

子育て

TEL: 047-420-2605 (月～金 9:00～17:00) 組合員活動・コミュニティ政策推進部

《パルシステム千葉 商品展示会 2026》 産直産地・メーカーなど約35団体が大集合!

カタログでおなじみの商品が試せる!買える!

パルシステムの生産者やメーカーが集まって試食などをお楽しみいただけるイベントです。餅つきやこんにゃく&コーすけとの撮影タイムでは、パルシステムの制服を着てカッコよく変身できる「チビッコ配達員なりきり撮影」も可能!パルシステムをご利用していない方も参加できますので、ご家族やお友だちとぜひお越しください。 ※写真はイメージです



日 時: 10/25(日) 10:00～14:00 (最終入場 13:30)
 会 場: ホテルグリーンタワー幕張 3階・4階
 (千葉市美浜区ひび野 2-10-3)
 定 員: なし 参加無料 申し込み不要



試食・販売

餅つき

こんにゃくコーすけと記念撮影

TEL: 047-420-2605 (月～金 9:00～17:00) パルシステム千葉 商品展示会事務局

バスで行く!南房総・歴史と平和のめぐり旅

平和スタディツアー 参加者募集

私たちが暮らす千葉県にも多くの戦争遺跡があることをご存じですか。南房総に残る戦跡や史跡を地元ガイドのわかりやすい案内でめぐり、歴史と文化を学ぶツアーを開催します。お一人でもご家族でもご参加いただけます。戦後81年となるこの秋、平和の大切さをいっしょに考えてみませんか。ツアーの最後には地元特産品のお買い物も楽しめます!



平和

日 時: 11/14(土) JR千葉駅東口 8:00 集合/17:30 頃帰着
 会 場: 南房総市(大房岬要塞群)・館山市(大蔵院「四面石塔」)
 参加費: 大人 2,000円 / 高校生以下 1,000円
 (バス代、資料代、お弁当代含む)

定 員: 30名(高校生以下は大人の同伴必須)
 対 象: 小学4年生以上 ※切: 10/18(日)

※応募者全員に10/23(金)までに当落結果をご連絡します。
 ※パルシステム千葉で受付後、(株)農協観光にて諸手続きを行います。
 ※徒歩による移動が多いため、健康で健脚な方の参加をおすすめします。



TEL: 047-420-2605 (月～金 9:00～17:00) 組合員活動・コミュニティ政策推進部

自主的活動グループ★けいじ板!

※組合員以外の方もご参加いただけます!

広がる
企画★

ジェンダー先進国 フランスの女性の今



主催: どんぐりのわ

松戸市

半世紀で男女の格差指数を大きく変化させた国、フランス。講師に元明治大学教授のフロランス・メルメ・オガワさんをお迎えし、役割意識、働き方の変化、法整備などを学び合いましょう。

◆日時: 11/3(火・祝) 13:30～15:00 ◆会場: 松戸市男女共同参画センターゆうまつど(松戸市本町 14-10)
 ◆定員: 20名 ◆※切: なし(当日まで受付) ◆参加費: なし ◆保育: なし
 ◆お申し込み: TEL 080-5411-3190(神山)



参加者募集

家事家計講習会



主催: 全国友の会松戸支部鎌ヶ谷・千葉ニュータウン地区

白井市

物価高に負けない!わが家にぴったりの「暮らしと家計」をみつけませんか。はじめの一步は、わが家の今を知ることからです。バランスのよい食事の工夫も体験できます。家計資料とミニランチ付き。ぜひごいっしょに学んでみませんか。

◆日時: 10/29(木) 10:30～12:30 ◆会場: 西白井複合センター 2階 調理室&研修室(白井市清水口 1-2-1)
 ◆定員: 20名 ◆※切: 10/22(木) ◆抽選: なし ◆参加費: 800円 ◆保育: なし
 ◆お申し込み: 右の二次元コードから ◆お問い合わせ: TEL 090-3591-7327(柏田)



「自主的活動グループ★けいじ板!」のお申し込み・お問い合わせは、各グループへ直接お願いします。

Palnote 連絡用紙

商品に関することやご意見・ご要望などをこの用紙でお寄せください！
(太枠内のご記入をお願いします)

所属センター ☐ 柏 ☐ 印西 ☐ 松戸 ☐ 習志野 ☐ 千葉 ☐ 東金 ☐ 野田 ☐ 稲毛 (キューブ館山含む)				組員番号 ※必須 (番号の記入間違いにご注意ください)											
コース				用紙提出日 年 月 日		回答 要 ・ 不要									
記入欄															
 こちらからも お問い合わせできます															
商品についてのご連絡は、以下もご記入ください。						(パルシステム記入欄)									
配達日 カタログ企画回	年 月 日 (月 回)					<table border="1"> <tr> <td>受付</td> <td>リーダー/担当者</td> <td>電算</td> <td>責任者</td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </table>		受付	リーダー/担当者	電算	責任者				
受付	リーダー/担当者	電算	責任者												
商品名 青果は産地名も															
商品分類	青果 / 冷蔵 / 冷凍 / 常温 / 雑貨 / その他 ()														
注文番号		単価 (税込)		数量											

キリトリ ✂



クイズに答えて
プレゼントに応募！
□に当てはまる漢字を
直接書き入れてください➡

円 状
循環 境

前回の答え

後進歩
発進 化

時短・料理を楽しむなど進化を続けるお料理セットをご紹介した前号。答えは「進」でした。

今回のプレゼント (表紙もご覧ください)
『ブラキャップを取りマウス』『こんせんくん ぷくぷく シール』
20名様

投稿募集中！紙面に掲載された方には300ポイントプレゼント！

- ☐ みんなのおしゃべりCafe テーマ「今いちばんほしいもの」
金銀財宝から小さな幸せまで、モノでも夢でも何でもOKです。
どうしてそう思ったのか、その理由も教えてください。
- ☐ ワタシのお気に入り！
掲載号の12月4回が休刊となるため、今月の募集はありません。

組員番号

お名前

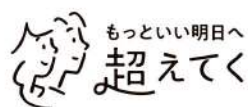
☐ 機関紙掲載可 ☐ 不可
(ペンネームなら可)

切
10/25 (日) まで



こちらからも
応募できます

※寄せられたご投稿はパルシステム千葉が発行する情報紙やSNSに掲載させていただく可能性があります。
※いただいた個人情報は、パルシステム千葉の広報活動以外の目的には使用しません。
※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。



パルシステムは
第1回「ジャパン
SDGsアワード」を
受賞しました

