



東都生協はどんなことに取り組んでるの？



01 組合員の「食べる約束」が、生産者の「作る約束」につながります

一度登録すると、自動的に毎週届くシステム「登録商品 まいとどちゃん」。
産地・メーカーの安定的な事業継続を応援すると同時に、毎回注文する手間も省けて短時間で便利。
隔週配達「かくとどちゃん」、月1回配達「つきとどちゃん」もいます。米、飲料、味噌、トイレトペーパーなど、かさばる商品は力持の「とどちゃんズ」にお任せください！



とどちゃんズ
(左から、つきとど、まいとど、かくとど)

02 「産直青果物サポート」で「旬」をお届け！ 注文番号は不動の1, 2, 3！

生産者の「余すところなく届けたい」と、組合員の「無駄なく利用したい」がマッチングした取り組みです。通常注文の余剰品なので何が届くかはお楽しみ。通常注文と被って同じ商品が届いてしまうことも…。でも、季節の贈り物「旬」の野菜や果物のおいしさは格別です。旬の素材で思いっきりパーティーしましょう！
「産直青果物サポート」は「グリーン」「フルーツ」「東都みのり」の3種類があります。注文番号は、1, 2, 3でずっと変わりません。
他にも青果が5品目入った「東都青果ボックス(東都みのりと東都産直)」があります。



＝産直青果物サポート＝
1 グリーン・サポート (季節野菜の低価格供給)
2 フルーツ・サポート (果物産地の支援活動)
3 東都みのりサポート (化学物質不使用栽培野菜の低価格供給)

03 いつも、いつまでも国産食材を応援します 取り扱い全食材の約7割が「国産応援」マーク付き！

日本の食料自給率は38% (カロリーベース) です※1。新型コロナウイルス感染症やロシアのウクライナ侵略で、エネルギーと食料を過度に海外依存することの危うさを見直し、食料安全保障を強化する必要性を実感させられる出来事となりました。
東都生協では設立以来のちとくらしを守るため生産者と直接手を握り産直運動を推進して、食料自給率の向上を目指しています。「国産応援」※2マークは、取り扱い全食材の約7割を占める「重さ×距離」で表されるフード・マイレージの観点からもCO₂削減にも貢献しています。
似たような商品があって迷ったときは「国産応援」を選ぶのもエシカル消費です。ぜひこのマークを意識して利用しましょう。

国産応援 マークを探せ！

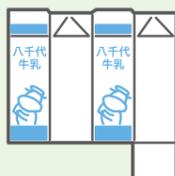


※1 国民1人1日当たりに供給している全品目の熱量の合計 (供給熱量: 2,426kcal) に占める国産の熱量 (国産熱量: 918kcal) の割合を計算し「38%」となっています。(2021年度) https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/zikyu_ritu/012.html (農林水産省ホームページ日本の食料自給率)
※2 水分を除いた重量比が「国産の産直生鮮食材をはじめ、国産原料を60%以上使用した商品」



3R※3 活動

商品案内や紙パックの回収
牛乳などの紙パックや商品案内も回収して、形を変えてリサイクルされています。トイレトペーパーやティッシュに生まれ変わり私たちのものに戻ってきます。また、再生資源としてリサイクルされています。



リユースびんの回収

リユースびんは、大切に使用すれば20～30回使うことができます。また、リユースびんを返却することで、リサイクル洗びんセンター※4で働く障害のある方たちの社会的自立支援にもなります。



❗ 水洗いして、乾かして、供給時に返却してください。フタやラベルは付いたまま返却をお願いします。

※4 社会福祉法人きょうされん リサイクル洗びんセンター

1994年、東都生協と障害者団体の「きょうされん (旧・共同作業所全国連絡会)」との共同事業として、東京都昭島市に開設した障害者の社会就労センターです。リユースびんの洗浄という環境保全に役立つ活動を通じて、障害のある方たちの社会的自立を支援しています。

※3 3R (スリーアール):

Reduce (リデュース) = ごみの発生を減らす、Reuse (リユース) = 繰り返し使用、Recycle (リサイクル) = 形を変えて再利用の3つのRの総称です。

包材資材の減量化

東都生協プライベートブランド「わたしのこだわり」商品については容器・包材を2030年までに石油由来のプラスチック100%不使用を目指し、環境に配慮した包材にするために、メーカーと一緒に包装資材の減量化 (缶・びん商品以外) を進めています。



教えて！ みんなのエシカルアクション

「MOGMOG」読者のエシカルアクションを紹介します。

01 食品ロスを(できるだけ)出さない

📣 「MOGMOG」読者はこんな工夫をしています

- ・野菜の無駄をなくすためにベジブロス※3を作っています
- ・当日食べるのであれば賞味期限が近い方を買うようにしています
- ・野菜は皮ごと、ピーマンは種ごと、食品を無駄にしません
- ・形が不揃いだったりする規格外の食べ物を積極的に購入します



※3. ベジブロス：
ヘタや芯、皮や種など、野菜のくずで取っただしのこと。

02 持続可能な食と農に取り組む 産地・メーカーを応援

📣 「MOGMOG」読者はこんな基準で選んでいます

- ・価格の安さだけで決めずに、信頼できる作り手のものを購入しています
- ・アイガモロボ※4を使用した有機栽培のお米を購入しています



※4. アイガモロボ：
有機栽培米の救世主。田植え直後の除草作業を合鴨農法のアイガモに代わり、GPSとソーラーエネルギーで自動航行するロボットがスクリューで泥を巻き上げ、雑草が生えるのを抑制します。

・金芽米※5を利用しています

※5. 金芽米 (BG 無洗米)：
とぎ汁を出さないので水質汚染を防ぎます。さらに副産物の肌ぬかを有機質肥料・飼料「米の精」として田畑や家畜に使用することで環境保全型の循環型農業・畜産を行っています。



みんなでスイッチ！
エシカルアクション
最近よく聞くエシカル消費：
エシカル (ethical) は「倫理的な」「道徳的な」という意味。「なんか難しそう」「意識の高い人だけがやっていること?」「商品を選択する際に自分にとって嬉しいことが、人に、環境に、動植物にもうれしい♡につながる「エシカル消費」の行動基準とは? 調べてみましょう」



エシカルアクションチェック!

- 買い物に行く時はマイバッグを持参する
- マイボトルに飲み物を入れてお出掛けする
- 食べ残さないようにしている
- 旬を意識して野菜や果物を購入する
- 地元の産品 (地産地消) を購入するようにしている
- ストローなど使い捨てプラスチックの使用を減らす
- 被災地の産品を購入する (被災地支援)
- 福祉施設で作られたクッキーなどを購入する
- フードドライブ※1に食品を提供する
- フェアトレード※2商品を購入している

※1. フードドライブ：
各家庭で余っている食べ物を取りまとめて食に困っている人に寄付を行う地域の福祉団体や施設、フードバンクなどに寄付する活動。
※2. フェアトレード：
開発途上国の原料や製品を適正な価格で継続的に購入することにより生産者や労働者の生活改善と自立を目指す貿易の仕組み。代表的なのはコーヒーやカカオなど。

リユース・リサイクル Wキャンペーン 実施中

応募期間：実施中～2023年12月8日 (金) まで
応募方法：返却したリユースびん商品の商品名を応募フォームに入力
*詳しくは、東都生協ホームページをご覧ください！



← 応募フォームはこちら

誰もが安心して暮らせる社会のために / 未来につなぐ募金

東都生協では、誰もが健康で安心して暮らし続けることのできる地域社会の実現を目指す活動(団体)を応援、助成を行っています。組合員一人ひとりの思いを寄せ合い集めた募金を、東都生協の商品に換えて応援する仕組みです。毎号、助成団体を紹介していきます。

**200円から
支援
できます**

募金方法は、注文書の**特別企画注文欄「商品(申込)番号」に[365920]の6桁番号を記入し、「数量」欄に募金の口数を記入してください。**
1口200円です。
※とうとねっと、スマートフォン用注文アプリ「スマ注」、FAX専用注文書、電話注文でも募金ができます。



助成団体紹介 Vol.02 認定 NPO 法人豊島子ども WAKUWAKU ネットワーク

設立 2012年6月 ボランティアの受け入れ あり
代表者 栗林知絵子さん 広報ツール ホームページ
活動拠点 豊島区
活動内容 プレーパーク、学習支援、子ども食堂、家庭訪問型・緊急一時預かり(宿泊付き)事業、その他よろず相談、子どもを取り巻く地域応援ネットワークの形成
メンバー 常勤職員4人 非常勤職員19人 会員20人 ボランティア300人

地域の「おせっかいおばさん」の輪が行政を動かす

豊島区委託事業であるプレーパークの運営に携わる栗林さんが、食事や勉強のお世話までしている姿を見かねて協力するようになった地域の人たちと共に法人を設立しました。今回は、その法人が運営する子ども食堂「ほんちよこ食堂」を訪ねました。

コロナ禍で休止していましたが、今年の5月に再開し、高齢者施設の地域交流スペースで毎月第2・第4火曜日に開催しています。午後5時から2時間のオープンのために、50食分のカレーライスやその他副菜を用意します。企業、商店からお菓子やパンのプレゼントを運んでくれたのは、フィリピン人のRさん。「ほんちよこ食堂」での交流が楽しくて配達を担い、子どもたちに囲まれて食事をしていました。

食堂責任者の山本道子理事は「ここでのつながりは親子だけでなく、Rさんのような人にも必要なんだよね」と語ります。みんなでワイワイ食べるカレーのおいしさを実感するひとときでした。

※プレーパーク 子どもの発達に欠かせない自由な遊びを支えるためにさまざまな「外遊び」が体験できる場



カレー、鶏手羽元のあつさり煮、フルーッと、きゅうり浅漬け



お土産を手渡す高校生ボランティア



助成団体紹介 Vol.03 練馬あったかフードバンク

設立 2020年12月 ボランティアの受け入れ あり
代表者 大野位久子さん 広報ツール SNS
活動拠点 練馬区
活動内容 フードパントリー
メンバー ボランティアスタッフ50~60人(弁護士、社会保険労務士、保健士、保育士、議員、鍼灸師、整体師、地域住民、学生)

「困ったときはお互いさま♪」頼れる地域のネットワーク

訪ねたのは8月5日、第17回フードバンク開催日。会場には50人を超えるボランティアスタッフが集まり、てきぱきと設営を進めていました。テーブルには食品のほか、紙おむつや日用品、衣類などが並び、自分で選べる品もたっぷり。午前中は個別リクエストの品を受け取りに妊婦さんや親子連れが来場します。お菓子を手にした子どもたちもカフェコーナーで笑顔いっぱいです。

「暮らしの相談コーナー」では、弁護士、社会保険労務士、看護師など専門家がスタンバイ。翌日区役所に同行し支援を得られたケースや、利用者を卒業してボランティア側になった人もあり、確実な支援につながっています。

コロナ禍で生活困窮が広がった3年前に女性8人で始めた食品提供は、その後も2カ月に一度ほどのペースで開催。個人や団体からの寄贈を中心に、不足品はカンパで賄いながら提供を続けています。「私たちが目指すのは、利用者がゼロになること。今回は利用者の声をまとめ、区議会へ提出します」と事務局長の鳴海加代子さん。フードバンクを軸に、自立支援や行政を動かす力へと活動は広がっています。



東都生協へのオーダーは「バックご飯」と「ツナ缶」。募金が活かされています!



会場協力は「東京土建練馬支部会館」。SNSでの告知で約130人分の予約枠はすくすくいっぱい



商品お届け用ポリ袋をゴミ袋に使う、はエゴ?エコ?

商品お届け用のポリ袋の回収率は、商品案内やリユースびんなどの回収率と比べると低い水準にとどまっています。回収されたポリ袋は、袋類の再生原料に生まれ変わります。

ポリ袋の回収にご協力ください。

東都生協は、2009年から容器包装ごみを減らすためにポリ袋の回収を行っています。

回収初年度の2009年は、約17トン(回収率約12%)でしたが、現在は27トン(回収率約23%)まで向上しました。

しかし、リユースびんや紙パックなどのリサイクル品(回収率平均67%)と比べるとかなり低い状況です。

東都生協がポリ袋の回収活動を進める理由は、ごみを減らし資源を有効利用することだけではありません。「容器包装リサイクル法」によるリサイクル費用の負担軽減にもつながります。

2022年度は東都生協で使用した容器包装に対する指定法人への委託料(637万円)を、自主回収活動により、94万円軽減しました。

東都生協は、2030年までポリ袋の回収率を80%以上にする目標を掲げています。

ポリ袋の回収と併せて素材や仕様変更によるプラスチックの使用削減への取り組みを進めています。

商品案内を包む回収対象です!

紙ラベルの部分を切り取って出してください

簡単に切れるミシン目を入れました

商品案内を包む回収対象です!

商品のお届けに時に使用しているポリ袋
冷凍品、冷蔵品、青果、パンが入っていたポリ袋



※再生ポリ袋は、石油由来のバージン原料だけで作った袋に比べてCO₂を削減する効果があると言われています(環境省ホームページ www.env.go.jp > press > files 3R原単位の算出方法参照)

出典、参考資料 東京くらしWEB <https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.lg.jp/>
「フード・マイレージ」について - 農林水産省 <https://www.maff.go.jp/j/council/seisaku/kikaku/goudou/06/pdf/data2.pdf>
日本サステナブルプラセル協会 環境省ホームページ プラスチック資源循環 <https://plastic-circulation.env.go.jp/>

認証マークいろいろ



MSC 「海のエコラベル」水産資源や環境に配慮した漁業でとられた水産物に付けられます。



ASC 海などの環境や地域社会や人に配慮した責任ある養殖により生産された水産物を対象とする認証制度。



東都生協ホームページ「コープサステナブルアクション」をのぞいてみてね。

<https://coop-sustainableaction.jccu.coop/>

※1 引用 一般社団法人エシカル協会代表理事 末吉里花 著 (株)山川出版社 エシカル革命~新しい幸せのものをたずさえて~

東都生協を利用すること = エシカル消費

東都生協2030年ビジョンでは「食と農の感動体験を通じて、みんなの未来をいっしょに創ります」を掲げ、そのために組合員、生産者・取引先、職員と一緒に持続可能な食と農のための取り組みを進めています。今を生きる私たちだけでなく、未来の子どもたちが豊かに暮らすことのできる地球や社会をつくるのは、私たちの行動にかかっています。

ただ、自分だけが良ければいいのではなく、「エイキようを シツカリとカンガエル」※1視点を持った消費行動、それがエシカルだと考えるとわか

「自分で判断するのが難しい時は、東都生協の国産応援やコープサステナブル認証ラベル、その他、いろいろな認証マークを調べてみてはいかがでしょうか。」

今ご紹介したのは、東都生協の取り組みのほんの一部です。東都生協を利用することがエシカルアクションです。「わたしのこだわり」がサステナブルな未来につながる「さあ、みんなでエシカルアクション」

りやすいですね。

自分で判断するのが難しい時は、東都生協の国産応援やコープサステナブル認証ラベル、その他、いろいろな認証マークを調べてみてはいかがでしょうか。」

今ご紹介したのは、東都生協の取り組みのほんの一部です。東都生協を利用することがエシカルアクションです。「わたしのこだわり」がサステナブルな未来につながる「さあ、みんなでエシカルアクション」

