



コープがつなぐ つくるとえらぶとつかうエコ!



コープの森
シャゲ 郷山で森づくり

マイバッグ運動の
レジ袋代金を
活用した
環境の学習活動

みんなの
牧心プロジェクト

かいぼり
(ため池のそうじ)

漁師体験

ほくはコーピー!
みんなに
コープのエコを
案内するよ



コープこうべ
キャラクター
「コーピー」

つくるのはなし

えらぶのはなし

つかうのはなし

エネルギーのはなし

やってみよう!

もくじ

- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|--------|--------|------|------|-------------|-------------|---------|---------|---------|-----------|------------|-----------|--------|---------|--------------|--------------|--------------|----------|
| 04 | 06 | 07 | 08 | 09 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| お店や宅配の取り組み | フードプラン | エコファーム | 食品工場 | 地産地消 | 環境のことを考えた商品 | マイバッグ運動NEXT | 食品ロスの問題 | フードドライブ | リサイクル活動 | リサイクルセンター | 日本のエネルギー問題 | 再生可能エネルギー | コープでんき | コープの省エネ | ワークお家でチャレンジ1 | ワークお家でチャレンジ2 | ワークお家でチャレンジ3 | エシカルな暮らし |

クイズにもチャレンジ!

コープのお店や宅配の取り組み

Q10

自然の力で作る
エネルギーを何という?

17ページへ

LED照明

ソーラーパネルで
太陽の光で発電している
お店もあるよ

リサイクル素材の
エプロン

Q7

フードドライブ
ってなあに?

13ページへ

Q2

食品の加工くずなどの
生ごみはエコファームで
何になる?

07ページへ

Q5

スリーアル
3Rで一番
大事なものは?

10ページへ

Q4

地産地消って
なあに?

09ページへ

Q1

「元気な土・
元気な草」からできる
牛乳といえば?

06ページへ

Q3

コープの
ハイカラメロンパンは
どこで作っている?

08ページへ

Q9

牛乳(紙)パックは
リサイクルすると
何になる?

14ページへ

回収ボックス

パッカー車

LEDの看板

Q8

コープの宅配
計画された配達で、みんなが
別々に買い物に行くより
エネルギー使用が軽減
されるしくみなんだよ

宅配でリサイクル
回収しているものは?

14ページへ

CO₂の排出が
少ない車も

個人宅配
家まで届けます

エコドライブ
してるよ

協同購入
グループで
決まった場所に
まとめて届けます

めーむひろば
注文した商品が
お店などで
受け取れます

リサイクル素材の
ブルゾンの裏地

Q6

マイバッグ運動は
何年前から?

11ページへ

さあ!
ぼくといっしょに
クイズのこたえを
さがしに行こう!!



つくる
のはなし

作る人と自然にも やさしい食べものづくり “フードプラン”

コープと作る人で、自然や生き物のことも考えて
育てられた食べものがフードプランだよ。



このマークが
目印!

まあるくつながってるよ “エコファーム”

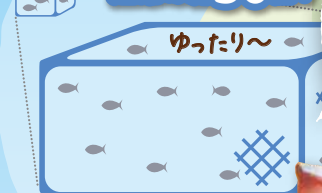


このマークが
目印!

エコファームでは、コープこうべの約60のお店から、野菜くずなどの
生ごみを集めてつくった、たい肥で野菜を育てているんだ。
そして再びお店などで販売しているよ。

うみ
海で

フードプランの大いけす
通常の約50倍!



大いけす
育ちぶり

海を
汚さないよう
エサの種類や量にも
気をつけているよ



ぼく じょう
牧場で

牛のふん尿を
使ってたい肥を作り
それを使った元気な土で
牛の食べる元気な草を
育てているんだ



「はづくり・
草づくり・牛づくり」
すこやか牛乳

はたけ
畑で

家畜のフンや
ワラなどで
土づくりをして
農薬もなるべく
減らして作って
いるよ



たま
玉ねぎ・
じゃがいも

フードプラン商品



詳しくはホームページで
フードプラン

検索



こまかくきざんだ
生ごみなどと
米のもみがらをまぜ
2カ月かいて作ります



たい肥

たい肥化施設



たい肥を作ります
※土の状態を整える



(株)コープ
エコファーム

元気な土から
おいしい野菜が生まれます



野菜

コープのお店



フードプラン野菜として販売

みんなも
収穫に挑戦



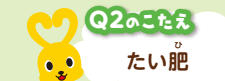
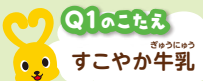
収穫体験

季節ごとの野菜の
収穫体験ができます。

- さつまいも ●カブ ●大根
- 玉ねぎ ●じゃがいも など

エコファーム

住所 兵庫県三木市細川町端穂2328-1



つくるのはなし たべる人がつくる人 つくる人がたべる人

“食品工場”



このマークが
めじろし
目印！

98%のごみを
リサイクル
しています

ダブルハートマークの商品はコープこうべの
食品工場で作られているよ。組合員さんの声をきいて、
一緒に考えた「おいしさ」だけでなく、安全・安心な食べものを
作るために素材や作り方などいろんな工夫をしているんだ。

食品工場で作っているもの(約90品目) (2023年10月時点)



みんなの食卓に届けるために
こんなにたくさん！

積み上げた
富士山と同じ
高さ！

食パンは
1日3.3万食！

とうふは
1日5万丁！

ゾウ3頭と
いっしょに
一緒にの重さ！



えらぶ
のはなし

ちか 近くのものを食べよう！

“地産地消”

このマークが
めじろし
目印！



地元の食材を選び、食べることが、地産地消だよ。
地元の産業、作る人を応援することにつながるんだ。



とれしゃき・とれぴち

地元でとれた魚介類や野菜を選んで食べる取り組み



地元野菜の店内ミニ調理講習



とれぴち親子料理会

コープスひょうご発

地元の生産者が作った春夏秋冬の山や海のめぐみ

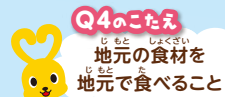


エコ/コエ

フードマイレージって知っていますか？ ～食べものの輸送距離～

$$\text{フードマイレージ (t・km)} = \text{食料の重さ (t)} \times \text{輸送距離 (km)}$$

遠くから重いものを運ぶとエネルギーをたくさん使います。
近くのものを選んで食べると、その移動のエネルギーが節約になります。



えらぶ
のはなし

えら 選ぶことのできるエコ!

“環境のことを考えた商品”

マークのついたエコな商品

資源を大切に使う3Rの商品

マーク	コープ商品の例
もり まも 森を守る 責任ある管理をされた 森林保全に配慮した木材製品 FSC®  	
うみ まも 海を守る 海の資源を守る漁業で とられた水産物 MSC  	
さん ち つく ひと まも 産地と作る人を守る 熱帯雨林の自然や人に 配慮した農産製品 レイン フォレスト・ アライアンス  	
ち きゅう き 地球を気づかう 作る場面から捨てる場面までが エコであるものと認められた商品 エコマーク  	

Reduce リデュース ごみになる物を 減らす	ほうそう よう き 包装や容器を 少なく したもの 	トレーを なくしました! 
Reuse リユース つか 使える物は くり返し使う	なん ど 何度も 使える容器と 詰め か ようしょうひん 詰替え用商品 	3つの スリールで 3R 「Reduce」 「Reuse」 「Recycle」 「Reduce」だよ 
Recycle リサイクル ごみになる物を 再生する	リサイクルした ざいりょう 材料からできた商品 (ペットボトル再利用品・ 古紙再生紙など) 	

マイバッグ
運動も
そのひとつ

マイバッグ
運動も
そのひとつ



つかう
のはなし

お買い物にはもっていこう!

もう
45年!

“マイバッグ運動NEXT”

コープこうべでは約45年前からレジ袋を減らす取り組みを
組合員さんとすすめているんだ。



コープ
こうべでは
約90%の組合員さんが
マイバッグを持ってきたりしているから

これは
地球をぐるりと
1周分!



みんな
で取り
組むと
大きな
成果だ
ね

1年間で約**7,300万枚**も
レジ袋を節約できているよ!

※2022年度実績



マイバッグ
お買い物には
マイバッグ

OIL
節約できた**石油**
25mプール **2.5個分**

CO₂
減らすことができたCO₂
東京ドーム **1.8個分**

つまり
ごみを減らし、資源を節約し、さらにCO₂も削減だね!

エコ/コエ
プラスチックごみ
レジ袋は石油で作られたプラスチックの一種です。
プラスチック製品は軽くて丈夫で便利ですが、
ごみとして自然に戻らない性質があります。
川や海に流れたプラスチックごみを食べて
生きものが死ぬなど“海洋プラスチック
ごみ”が大きな問題になっています。

information
無料レンタル
買い物袋やシェアバッグを
用意してます!
(一部店舗除く)
コープこうべでは、レジ袋代金は
森林整備などすべて環境に関する
取り組みのために活用しています。P3へ



“うっかり忘れても大丈夫!”
無料レンタル
買い物袋やシェアバッグを
用意してます!
(一部店舗除く)

コープこうべでは、レジ袋代金は
森林整備などすべて環境に関する
取り組みのために活用しています。P3へ

た 食べものの「もったいない」をへらしませんか？

“食品ロスの問題”

まだ食べられるもので、捨てられている食べものを
食品ロスとよんでいるよ。

外国から
食料の
60%
も輸入して
いるのに…

十分な食べものが
手に入らない割合が

7人に
ひとり
なのに…



出典：2023 農水省をもとに作成

なんと！日本では
まだ食べられる食品が
年間
約
520万トン
捨てられているよ

国民ひとり1日当たり
食品ロス量
約110g

だから 私たちに
できることは…

買い物の前に



バッチリ整理で
ダブリ買いなし！

買い物の時に



値引き商品も
うまく活用！

買い物の後に



まとめて買ったら
冷凍に！

“フードドライブ”

それでも
食べきれない
ときは…

フードドライブ
があるよ



フードドライブとは、家庭などで余っている食品を持ち寄り、
まとめて食べものが必要なところへ寄付する取り組み

提供する人

みんなのうちに

例えば

- もらいもの
- 買い過ぎ
- 災害用に備えた保存食

フードドライブ

家庭で余った食品を
フードドライブ受付店舗に持ち寄る

店舗で常時
受け付けているよ

フードバンク

食支援が必要な人に
寄付された食品を
届ける団体

ボランティアによる
仕分け・選別



食支援を必要とする
人たち

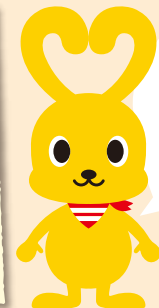
- 福祉施設・団体
- こども食堂 など



エコ/コエ

職員の「もったいない」の声から

コープこうべでは売れ残りが出ないように、
発注・調理する数を調整しています。
お店や宅配の人でも食べものを捨てる時は心が痛みます。
少しでも捨てなくてすむよう売れ残った食品の一部は、
フードバンクや食支援を必要とする人たちに提供しています。



フードドライブは
「もったいない」を
「ありがとう」に
変える取り組み
なんだね！

他にもみんなの
できることは？

ものの命を大切に “容器・包装のリサイクル”

みんながお店に持ってきてくれる
使い終わった容器・包装は
こんな風にリサイクルされているよ。

お店で回収しているもの

次のお買い物の
ときに持っていけば
いいよね！



お店で使うもの



ダンボールなど

「コープこうべの
リサイクルの取り組み」
動画で見られるよ▶▶▶



再生され、またくらしの中で活用されるんだ！



宅配で
回収しているもの



COOP なるおはま 鳴尾浜リサイクルセンター

兵庫県西宮市にある鳴尾浜リサイクルセンター
では、お店で回収したものをプレス(圧縮)して、
リサイクル業者にわたしているよ。

ポイント1

プレス(圧縮)することで、
容積が小さくなり、
運ぶ回数が減るんだ。
だから車のガソリンが
少なくてすみ
CO₂の排出を
減らしているよ。

ポイント2

作業はおもに
コープこうべ子会社の
障がい者スタッフが
担当。
障がい者の就労支援に
つながっているんだ。



お店に
商品を届ける
この配送センター
の中にあるよ

はんしんゆうあいしょくりん
阪神友愛食品(株)

紙パック・段ボールのプレスを担当



株ゆうあいサポート

ペットボトルのプレスを担当



エコ/コエ

ペットボトルを
集めて、地域の
環境保全を支援！

地域と
つながる

「寄付機能付きペットボ
トル回収機」を店舗に
設置。回収機に投入し
たペットボトル1本につ
き1円が寄付金となり、
地域で環境保全活動
に取り組む団体を支援
しています。



“日本のエネルギー問題”

まいにちつか でんき つく
毎日使う電気はどうやって作られているのかな？

いま でんき つく おお つか
今、電気を作るのに多く使われている
かせきねんりよう せきたん せきゆ
化石燃料(石炭・石油など)は
CO₂をたくさん出しているんだ

1 すると
CO₂が原因とされる
ちきゅうおんだん か
地球温暖化が
すすんでいるよ！

エコ/コエ

ちきゅうおんだん か
地球温暖化

せかい へいきんき おん ねん
世界の平均気温は100年あたり0.74℃、
にほん へいきんき おん ねん
日本の平均気温は1.30℃の割合で上昇しています。

ひと かつどう せきたん せきゆ
人が活動すると石炭や石油などの
かせきねんりよう たいりよう も
化石燃料が大量に燃やされ、

CO₂(二酸化炭素)などの
おんしつこう か き おん じょうしやう
温室効果ガスが増え、気温が上昇します。

2100年に予測される影響

せき おん かいめん
気温 降水量 海面
1.0~5.7℃ 短時間強雨 28~101cm
じょうしやう ぞうか じょうしやう
上昇 の増加 上昇

ほか たいふう せきやうだいか ねつちゆうしやう ぞう か
他にも台風の強大化や熱中症の増加、
さくくつ
作物がとれなくなるなど、
しんこく ひ がい かんが
深刻な被害が考えられます。

出典：「気象庁HP 気温・降水量の長期変化傾向」
「IPCC AR6 WG1 報告書 SPM 暫定訳」をもとに作成

2 おお げんりよう
多くのエネルギーの原料を
がいこく たいよ
外国に頼っているんだ！

86.7% を
がいこく ゆにゆう
外国から輸入

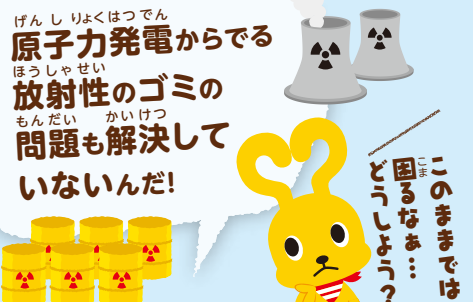


にほん
日本で
まかなっているのは 13.3%

3 かせきねんりよう
化石燃料は
かき しげん
限りある資源。
いつかなくなって
しまいうらしいよ！



4 げん しりよくはつでん
原子力発電からでる
ほうしやせい
放射性的ゴミの
もんたい かいけつ
問題も解決して
いないんだ！



※出典：「令和4年度エネルギーに関する
年次報告（エネルギー白書2023）」
をもとに作成

そこで

“再生可能エネルギー”に注目!!

し ぜん ちから でん き つく
自然の力で電気を作るよ！



メリット

はつでん じ
発電時にCO₂を出さない

がいこく たいよ
外国に頼らず
にほん しげん つか
日本の資源が使える

く かえ つか
繰り返し使える
しげん りよう
資源を利用

コープこうべでは
自然の力ででんきを作っているよ

コープこうべグループの太陽光発電所が、
ひょうごけん おおさか ほう
兵庫県と大阪府の合計46か所にあります。
(2023年9月現在)

- 発電所の名前
- | | | |
|------------|----------------|----------------|
| 1 生活文化センター | 17 尼崎 | 32 コープライスセンター |
| 2 住吉事務所 | 18 丹波 | 33 協同購入センター西神戸 |
| 3 コープ甲子園口 | 19 大王丹波 | 34 協同購入センター北神戸 |
| 4 コープ住宅本社 | 20 箕面 | 35 協同購入センター姫路東 |
| 5 鳴尾浜 | 21 淡路 | 36 協同購入センター尼崎 |
| 6 稲美 | 22 川西 | 37 花屋 |
| 7 北神戸 | 23 西神戸 | 38 八千代 |
| 8 姫路東 | 24 伊丹 | 39 コープ西宮南 |
| 9 氷上 | 25 協同購入センター伊丹 | 40 コープ上郡 |
| 10 高槻 | 26 コープデイズ神戸西 | 41 コープ大久保 |
| 11 三木三津田 | 27 コープデイズ豊岡 | 42 コープ安富 |
| 12 あこや学園 | 28 コープ西明石 | 43 東神戸 |
| 13 播磨 | 29 トヨタ神戸自動車大学校 | 44 協同購入センター東神戸 |
| 14 神吉 | 30 協同購入センター淡路 | 45 姫路 |
| 15 WJS魚住 | 31 コープエコファーム | 46 協同購入センター姫路 |
| 16 須磨 | ソーラーシェアリング | |



発電所の
詳細はこちら



Q10のこたえ
再生可能エネルギー



このでんきが
どこに行くのか
次のページで...

エネルギー
のはなし

かんが
ています！

コンセントの「おこう側」と「こちら側」

「コープでんき」

かんきょう
のこころを
かんが
てつく
った
「コープでんき」を
みんなの家に
届けているよ。

QRコード

「コープでんき」の
ページはこちら

でんげん
の
電源は…

太陽光と…
バイオマスと
小水力発電による
FIT電気 ※1、※2

30%

天然ガス
70%

CO₂の排出が
石炭・石油に比べて
化石燃料の中でも
少ない

CO₂排出量くらべ

石炭を100とした場合の
CO₂排出量比較（発電燃料燃焼時）

100

80

55

石炭 石油 天然ガス

出典：「令和2年度エネルギーに関する年次報告
（エネルギー白書2021）」をもとに作成

コープでんきの
2023年4月1日から
2024年3月31日までの調達電力量（kWh）計画値

でんきも近くの産地から！

非営利型株式会社
宝塚すみれ発電

太陽光
発電

株式会社
日本海水

バイオマス
発電

地域に住む人が力を合わせて
作った「市民発電所」から

地域の森林保全を考えている
会社から

特定非営利活動法人
PVネット兵庫
グローバルサービス

小水力
発電

太陽光
発電

灘区を流れる六甲川の水流を
利用した発電所から

自宅の屋根に太陽光パネルを
設置している各家庭から

エコ/コエ

食べものと同じように

くらしに欠かせないものだから
「安全・安心な電気を使いたい」
という組合員さんの声が
多く寄せられました。
コープでんきは“どこで”
“誰が”“どんな風に”
“作っているか、きちんと考えて”
電気をお届けしています。

いろいろ取り組みの例

LED照明

LED照明に切り替えたり、開店直前まで
電気を消したりして、節電しているよ。

電気自動車

走るときCO₂を出さない、
電気自動車を増やしているよ。

コープのお店
などでも

コープでんきはコープこうべの
お店などでも使用しているよ。

いろいろな取り組みの例

LED照明

LED照明に切り替えたり、開店直前まで
電気を消したりして、節電しているよ。

電気自動車

走るときCO₂を出さない、
電気自動車を増やしているよ。

コープのお店
などでも

コープでんきはコープこうべの
お店などでも使用しているよ。

2030年までに
CO₂排出量を半減（2013年度比）

最終目標

2030年までに
CO₂排出量を半減（2013年度比）

再生可能エネルギー
100%施設も
誕生しているよ

再生可能エネルギー
100%施設の変貌

ワークシートへGO！

※1 この電気には化石証書を使用していないため、再生可能エネルギーとしての価値やCO₂ゼロ
エミッション電源としての価値を有せず、火力電源などを含まれた全国平均の電気のCO₂排
出量を持った電気として扱われます。

※2 この電気を調達する費用の一部は、コープこうべの組合員で電気をご利用の方以外も含めて
電気の利用者が負担する賦課金によって賄われています。

7 太陽光発電の
仕組み

11 再生可能エネルギー
の活用

12 再生可能エネルギー
の活用

13 再生可能エネルギー
の活用

7 太陽光発電の
仕組み

11 再生可能エネルギー
の活用

12 再生可能エネルギー
の活用

13 再生可能エネルギー
の活用

18

19



お店でチャレンジ!

1 見つけたよ! 環境のマーク



⑤～⑧は
コープこうべだけの
マークだよ!

マーク	みつけた ものに○を つけてね!	ついていた商品
①  FSC® →P10		
②  MSC →P10		
③  エコマーク →P10		
④  レインフォレスト・ アライアンス →P10		
⑤  フードプラン →P6		
⑥  とれびち →P9		
⑦  とれしやき →P9		
⑧  ひょうご →P9		

2 どの環境マークの商品をえらぶ?

ロビー
左ページの
裏を見てね

みんなが特に使いたい、買いたい商品は何かな? メモしよう

環境マークの番号

買いたい理由

3 リサイクルして何になる?



ヒントは
P14・15に!

リサイクルすると何になるかな? 線でつないでね!

回収品

かみ 紙パック ペットボトル はっばう 発泡トレイ たまご 卵パック アルミ缶 スチール缶 どうめい 透明トレイ ペットボトル キャップ

再生资源

けんちく し ざい 建築資材 はっばう 発泡トレイ パレット・ ゆかざい 床材など トイレット ペーパー アルミ缶 どうめい 透明トレイ こ けいなんりょう 固形燃料・ プラスチック製品

4 “ここが一番いいね!” と思った エコなポイントはどれだった?

この冊子に書いてあったことや、自分で見つけたことを書き出してみよう

お家でチャレンジ!

1

食品ロスをへらすためにできることや
食べ残しをしない工夫を書こう



買い物に
行ったとき



食べる
とき



料理を
するとき

ほか
他には...

2

省エネできているかな? チェックしよう

夏は28度
冬は20度が
めやすだよ



☐ エアコンなど
冷暖房の温度に
気をつける



☐ 冷蔵庫を
無駄に
開け閉めしない



☐ 部屋の電気は
こまめに
消す



☐ テレビや
ゲームは時間を
きめる



☐ シャワーを
出しっぱなしに
しない



☐ バスや電車が使える
おでかけは
マイカーを使わない

ほか
他にもできること

さいごに

コープと一緒に“もっとエコ”
エシカルなくらしにしよう!

エシカル
ってしてる?

この冊子に書いてあることを一言で表現すると
「エシカル」と言います。エシカルなくらしとは、
地域や社会、環境や人々のことを考えてくらすこと

え らんでね! し っ て が ん だ え て る ー ー

たとえば



地球や
自然環境のこと



商品が
作られている
産地や作る人のこと



使い終わった
容器や捨てられる
食べもののこと...

エシカルは自分だけでなく誰かの笑顔につながります。

これからもエシカルなくらしに向けて
“もっとエコ”な取り組みを一緒ににつづけようね。

ぼくもみんなと
エシカルな
くらしを目指すよ



大人の方へ

「コープのむこう側にあるもの」

日々のくらしからでは見えない生産現場や、廃棄された後のこと。
排出されているCO₂のこと。ごみははじめからごみだったわけではなく、
もとは動植物の命や地球の貴重な資源であり、
私たちは多様な命と限りある資源を分かち合いながら生きています。
この冊子を通して、子どもたちが生きる次の時代の地球やくらしのことを
一緒に考えていければと思います。

持続可能な社会づくりを目指すコープこうべの
環境の取り組みは、HPで詳しくご紹介しています。



※エシカル (ethical) ...日本語の直訳では「道徳的な、倫理的な」という意味。
人や環境に配慮しようとすることです。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



エス ディー ジー ス

SDGs (持続可能な開発目標)とは…

2015年9月、ニューヨーク国連本部において、
「国連持続可能な開発サミット」が開催され、150を超える加盟国首脳の
参加のもと、その成果文書として、「我々の世界を変革する：
持続可能な開発のための2030アジェンダ」が採択されました。
そこに盛り込まれているのが、“誰一人取り残さない”社会の
実現に向けた、世界を変えるための17の目標「SDGs」。
途上国も先進国も含めた世界中の
一人ひとりに関わる取り組みで、2016年1月に発効されました。



生活協同組合 コープこうべ

〒658-8555 神戸市東灘区住吉本町1丁目3番19号

TEL: 078-856-2068

<https://eco.coop-kobe.net/>



ミックス
紙 | 責任ある森林
管理を支えています
FSC® C043996

編集・発行：SDGs推進部