



コープがつなく つくるとえらぶとつかうエコ!



つくるのはなし

えらぶのはなし

つかうのはなし

脱炭素のはなし

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 | ネクスト100商品 | 地産地消 | 環境のことを考えた商品 | プラスチック削減 | 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 | 気候変動 | 脱炭素社会(デコ活) | 脱炭素の取り組み(デコ活) | コープでんき | ワークお店でチャレンジ1 | ワークお店でチャレンジ2 | ワークお家でチャレンジ | エシカルな暮らし |

ぼくはコピー!
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
「コピー」

クイズにもチャレンジ!

コープのお店や宅配の取り組み

Q9

自然の力で作る
エネルギーを何という?

18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

Q6

フードライブ
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→

Q4

スリール 3Rで一番
大事なものは?

10ページへ→

Q3

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→

Q8

牛乳(紙)パックは
リサイクルすると何になる?

15ページへ→

回収ボックス

パッカー車

LEDの看板

Q7

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→

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
ブルゾンの表地

Q5

マイバッグ運動は
何年から?

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

つく ひと し ぜん
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”

せいざん ひと し ぜん い もの
コープと生産する人で、自然や生き物のことも
かんが そだ た
考えて育てられた食べものがフードプランだよ。

coop
KOBE
このマークが
目印！
フードプラン
食の未来を産地とともに

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

みせ や さい
エコファームでは、コープこうべの65のお店から、野菜くずなどの
なま あつ ひ や さい
生ごみを集めてつくったたい肥で、野菜を栽培しているんだ。
ふた た みせ たくはい はんばい
そして再びお店や宅配などで販売しているよ。

うみ
海で
フードプランのたいけす
通常の約**50倍！**
ゆったり〜
うみ
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
おお
大いけす
そだ
育ちぶり
はたけ
畑で
家畜のフンや
ワラで作った
たい肥などで
土づくりをして
つち
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
はく 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
すこやか牛乳



くわ
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
こめのもみからをませ
2カ月かいて作ります
ひ
たい肥
ひ か し せつ
たい肥化施設
元気な土から
おいしい野菜が生まれます
ひ つく
たい肥を作ります
つち しょうたい との
※土の状態を整える
みせ
コープのお店
フードプラン
野菜として販売
おみせ
お店から出た
なま
生ごみ
かぶ
**(株)コープ
エコファーム**
かぶ
野菜



だいにん
Q1のこたえ
すこやか牛乳
Q2のこたえ
たい肥
2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15

えらぶ
のはなし

もったいないが生まれ変わる

“CO-OP NEXT100 商品”



この
マークが
めじるし
目印!

CO-OP KOBÉ
ORIGINAL

おいしく食べられるのにうまく活用できていない
野菜やお魚、お肉を使った商品だよ。
産地や地域の困りごとの解決や応援に
つながるんだ。

みんなで協力して
開発しているよ

こんな商品が
あるよ



エコ/コエ

“もったいない”が生まれ変わる

おいしく食べられるのに、
出荷時に捨てられる
不揃いのほうれん草



収穫量の約2割を廃棄

どうにか
できない
かな?

JAたじま
おおや高原
有機野菜
部会

Coop
こうべ

カネテツ
デリカフーズ

一緒に新しい
商品を作りました。

やさしい味わいの
「ほうれん草ちぎり」に!



大切に育てた
ほうれん草を
活用できて夢のよう!



CO-OP KOBÉ
ORIGINAL

かんせい
完成

くわ
詳しくは
動画で!



“地産地消”

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。

このマークが
めじるし
目印!



とれしゃき・とれびち



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



とれびち親子料理会

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



生産者を招いての学習会



組合員と生産者との交流



Q3のこたえ

地元の食材を
地元で食べること

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

マーク	コープ商品の例
森を守る 適切に管理されていると認められた森林から生産された木材	 FSC® www.fsc.org
海を守る 環境にやさしいMSC認証漁業で獲られた水産物	 MSC www.msc.org/jp
自然と人を守る より持続可能な農業を営む農園で育てられた商品	 レイン フォレスト・ アライアンス
地球を気づかう 「つくる」から「ずてる」までの、環境負荷をなるべく減らした商品	 エコマーク

資源を大切に使う3Rの商品

Reduce リデュース ごみになる物を減らす	Reuse リユース 使える物はくり返し使う	Recycle リサイクル ごみになる物を再生する
包装や容器を少なくしたもの	何度も使える容器と詰めかようしん詰替え用商品	リサイクルした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
一番大事なのは
Reduceだよ



Q4のこたえ

Reduce
リデュース（減らす）

つかう
のはなし

か もの お買い物のできる

“プラスチック削減”

1978年
から！



マイバッグ運動NEXT



マイバッグ
お買い物には
マイバッグ

コープ
こうべでは約**90%**の
組合員さんがマイバッグを
も
持ってきているから
1年間で約**7,200万枚**も
レジ袋を節約できているよ！
(2024年3月現在)

1年間で

節約できた石油
25m
プール

約**2.5個分**

減らすことができたCO₂
東京
ドーム

約**1.8個分**

商品パッケージの簡素化

ノントレイ商品



かさばらない



よご汚さない



開封
ラクラク

ラベルレス飲料



ラベルを
なくすことで
プラスチックの
使用量削減

リサイクルの際に
はがす手間が
なく便利！

代替素材(再生材)の使用

バイオマスプラスチックを配合！

店舗のレジ袋に再生可能な植物資源を
原料としたバイオマスプラスチックを25%配合



バイオマスマーク

じゅうりんの
従来品より
あつ
厚みを
うす
薄くしました



「ペットボトル」を 「商品パッケージ」へ！

店舗の店頭で回収した
ペットボトルをコープ商品
パッケージの原料の一部として再利用。

生協で回収したPETボトルを、この袋の
再生プラスチックの一部に使用しています。



Q4のこたえ

Reduce
リデュース（減らす）



Q5のこたえ

1978年から



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
62%
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
10人に
ひとり
なのに…



出典：農林水産省「令和5年度食品ロス量」
「令和5年度食料自給率」
厚生労働省「国民生活基礎調査」より

なんと！日本では
まだ食べられる食品が
年間約 **464万トン** =
捨てられているよ

国民ひとり1日当たり
食品ロス量
約 **102g**

だから 私たちに
できることは…

たくさん輸入して
たくさん捨てているなんて
もったいないね！



買い物の前に



冷蔵庫を
チェック！

バッチリ整理で
ダブリ買いなし！

買い物の時に



てきえどり！
すぐ
使うものは
手前から
買う！

値引き商品も
うまく活用！

買い物の後に



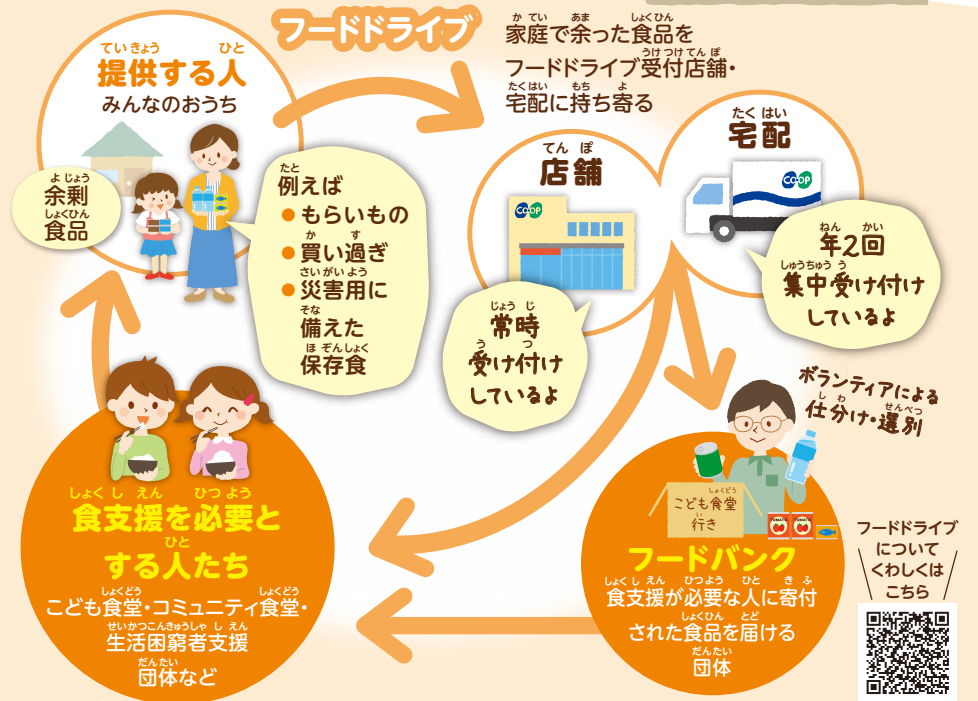
保存方法を
工夫して
長持ち！

キュウリは
立てて冷蔵！

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



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？



Q6のこたえ
余っている食品を
持ち寄って寄付すること

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！



アルミ缶



スチール缶



紙パック
(牛乳パックなど)



卵パック



発泡トレイ



透明トレイ



ペットボトル



ペットボトル
キャップ



アルミ缶



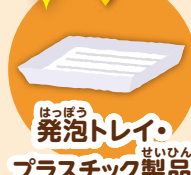
けんちくしざい
建築資材



トイレトペーパー



こけいねんりょう
固形燃料・
プラスチック製品



はっほう
発泡トレイ・
プラスチック製品



とうめい
透明トレイ



ペットボトル・
しょうひん
商品パッケージ



パレット・床材

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ひん 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！

ちいさな地域とつながる

「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。



“気候変動”について

気候変動によって私たちの暮らしは
どのように影響を受けているのだろう。

暑い日や
大雨の日が多いと
感じませんか？

1 地球温暖化によるここ数十年の
気候変動は、人間の生活や
自然の生態系にさまざまな
影響を与えているよ。

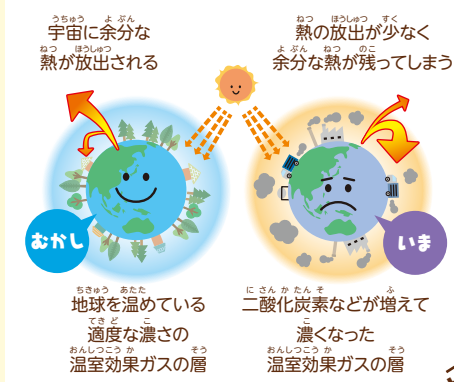
2 このまま対策をせず、今のまま
化石燃料を使い続ける生活を
変えない場合、2100年までに
最大で5.7℃あがるかも!?

- 例) ●真夏日、猛暑日の増加 ●熱中症の増加
●海面水温の上昇 ●桜開花の早期化
●降雪量の減少 など

エコ/コエ

地球温暖化

人が活動すると石炭や石油などの化石燃料が大量に燃やされ、CO₂(二酸化炭素)などの温室効果ガスが増え、気温が上昇します。温室効果ガス(GHG)が増え過ぎると、宇宙に太陽からのエネルギーが逃げにくくなり、地球が暑くなってしまいます。



出典：こども環境白書(2019)をもとに作成

3 将来的にはこれまでにない大雨や
きびしい暑さといった異常気象が
今まで以上に増えるかもしれないよ。

2100年に起きると言われていること

- | | |
|----|-----------------------------------|
| 命 | ●暑さで死者年間1万5000人に
●日本に来る台風が強まる |
| 自然 | ●生態系が変化し感染症リスクも
●砂浜が9割消えて波の被害増 |
| 食 | ●農作物の品質低下
●水産物の漁獲量の減少 |

出典：気候変動アクションガイドをもとに作成

めざすは“脱炭素社会”

これ以上の地球温暖化をおさえるには、だれか一部の人
だけではなく、全員で脱炭素に取り組む必要があるんだ。

4つの ステップ

1 もんだい
問題に
気づこう

2 もんだい
問題をよく
調べよう

3 なに
何ができるか
考えよう

4 できることを
実行しよう

出典：こども環境白書(2019)をもとに作成

いま デコ活

脱炭素につながる新しい
豊かな暮らしを創る国民運動が注目されているよ!

※2050年カーボンニュートラル及び2030年度削減目標の実現に向け、2022年10月に発足した
国民のみなさまの行動変容・ライフスタイル転換を強力に後押しするための新しい国民運動です。

みんなで実践するデコ活アクション例



家庭

- テレビやゲームは時間を決める
- 冷暖房設定温度の見直し
- 良い服を長く大切に使う
- 残さず食べきる
- 地産地消の食材を購入
- 間隔をあけずにお風呂に入る
- シャワーを流しっぱなしにしない
- ゴミを分別する

屋外

- 近い距離の移動を自転車や徒歩で
- バスや電車が使えらるおでかけはマイカーを使わない
- 量り売りやマイカップ・マイボトルの利用

〈環境省のデコ活アクション一覧をもとに作成〉



次のページではコープこうべの
エネルギー政策に沿って、
取り組んでいる
デコ活について紹介するよ!

コープこうべも“デコ活”を推進

いろいろな取り組みの例

へらす

太陽光の自家消費



屋根に設置したパネルによってCO₂を出さずに発電された電気をその建物で使っているよ。

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。

扉つき冷蔵庫

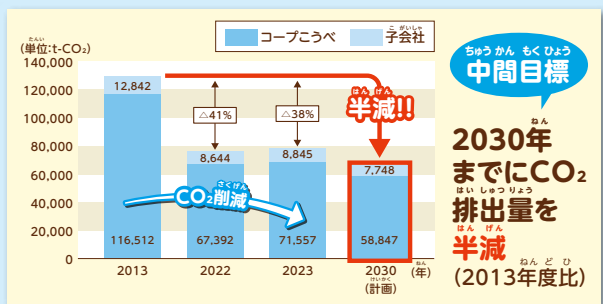


冷やした空気が逃げないように扉が閉まるケースを使っているよ。

電気自動車



走るときにCO₂を出さない、電気自動車を増やしているよ。



つくる

コープこうべでは自然の力で電気を作っているよ

メリット
発電時にCO₂を出さない
外国に頼らず日本の資源が使える
繰り返し使える資源を利用

コープこうべグループの太陽光発電所が、兵庫県と大阪府の合計46か所にあります。(2025年5月現在)

太陽光やバイオマス・風力といった再生可能エネルギーだね



発電所の詳細はこちら

Q9のこたえ

再生可能エネルギー

“コープでんき”の取り組み

つかってひろげる

コープこうべは環境のことを考えて作った「コープでんき」をみんなの家に届けているよ。



電源産地の動画が見れるよ

コープでんきの電源は...



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)



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

- ※1 この電気には非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。

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



地域の住民が力を合わせて作った「市民発電所」から

株式会社 日本海水



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



灘区を流れる六甲川の水流を利用した発電所から

太陽光発電の余剰電力買取サービス



自宅の屋根に太陽光パネルを設置している各家庭から

そして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。



お店でチャレンジ!



⑤～⑧は
コープこうべだけの
マークだよ!

1 見つけたよ! 環境のマーク

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?

ロズリ
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?

リサイクルすると何になるかな? 線でつないでね!



ヒントは
P14・15に!

回収品



再生品



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
室温のめやす
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
ってしってる?

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。



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