



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 | エシカルな暮らし |

ぼくはコービー!
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
「コービー」

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

Q6

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

Q4

スリーアル 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

LEDの看板

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

組合員集会所で
くらしや商品の
学習もしてるよ

組合員集会所

Q7

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

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

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”

コープと生産する人で、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。



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

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
農業もなるべく
減らして作って
いるよ



たま
玉ねぎ・
じゃがいも

ぼく じょう
牧場で



「土づくり・
草づくり・牛づくり」
すこやか牛乳

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



まあるくつながってるよ “エコファーム”



エコファームでは、コープこうべの68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、野菜を栽培しているんだ。
そして再びお店や宅配などで販売しているよ。



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



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”



このマークが目印!

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



イラスト/清水みどり

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?

コープ
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!



かんせい
完成

詳しくは
動画で!



大切に育てた
ほうれん草を
活用できて夢のよう!

近くのものも食べよう!

“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
目印!



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

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

もり まも
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®

うみ まも
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

し ぜん ひと まも
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

ち きゅう き
地球を気づかう

「つくる」から「する」までの、環境負荷をなるべく減らした商品

エコマーク

資源を大切にすると3Rの商品

Reduce

リデュース

ごみになる物を減らす

包装や容器を少なくしたもの



Reuse

リユース

使える物はくり返し使う

何度でも使える容器と詰替え用商品



Recycle

リサイクル

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

3つの「R」で
「Reduce」が一番大事なのは
「Reduce」だよ



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6,900万枚も
レジ袋を節約できているよ!
(2025年3月現在)

1年間で

せつやく
節約できた石油
25m
プール
約2.4個分

へ
減らすことができたCO₂
東京
ドーム
約1.7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



かいふ
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

従来品より
厚みを
うすくしました



「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。

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6年度食品ロス量」
「令和6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461万トン
捨てられているよ

私たちに
できることは…

買い物の前に



パッチリ整理で
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



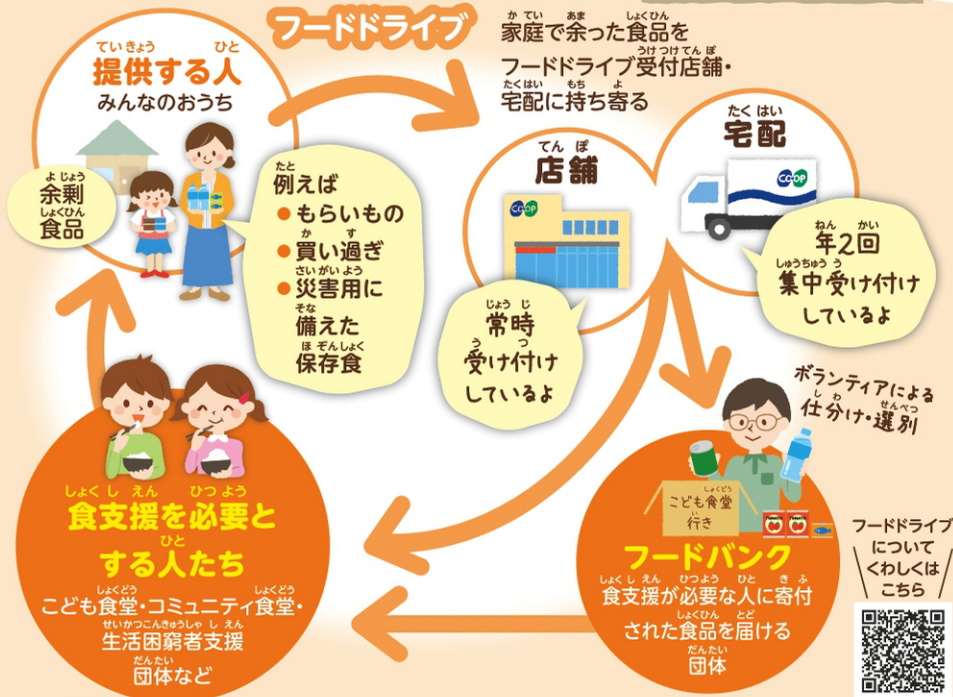
まとめて買ったら
冷凍に！



“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



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！

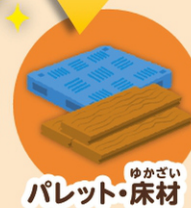


Co-op

お店で使うもの



再生され、またくらしの中で活用されるんだ！



「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▶▶▶



宅配で
回収しているもの



Co-op 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、
運搬回数が減るんだ。
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よくひん
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
環境保全などを支援！

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
などに取り組む団体を
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。

暑い日々
大雨の日が多いと
感じませんか？

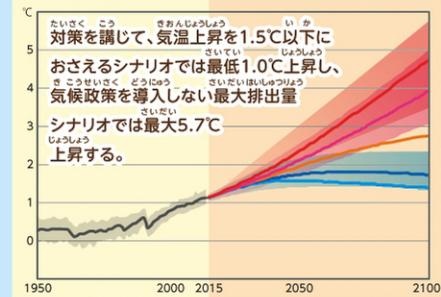
1 地球温暖化によるここ数十年の
気候変動は、人間の生活や
自然の生態系にさまざまな
影響を与えているよ。

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

1850～1900年を基準とした
2100年までの世界平均気温の変化予測

出典：IPCC AR6 WG1 SPM 暫定訳をもとに作成



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、だれか一部の人の
だけでなく、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 問題に
気づこう

2 問題をよく
調べよう

3 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

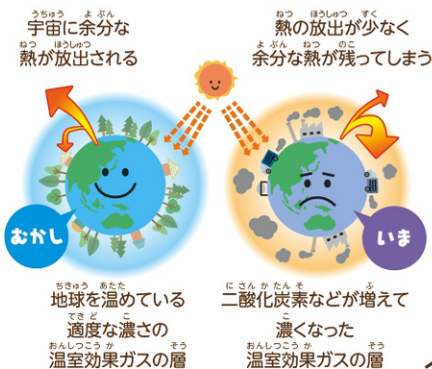


〈環境省のデコ活アクション一覧をもとに作成〉

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う。



出典：こども環境白書(2019)をもとに作成



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  とれしき →P9		
8  ひょうご →P9		

2 どの環境マークの商品をえらぶ?

左ページの
表を見てね

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
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



☐ 部屋の電気を
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”
エシカルな暮らしにしよう!

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。エシカルな暮らしとは、
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 が え て

く ら す

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暮らしに向けて
“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
暮らしを目指そう



大人の方へ

「コープのむこう側にあるもの」

日々の暮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暮らしのことを
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いうことです。

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が
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/>

■編集・発行：SDGs推進部



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