



個人宅配 なかよし個配 ご利用で

## 暮らし応援サポート

### 個配手数料減額サービス

配達料1回  
200円が  
(10%税込220円)

…100円  
(10%税込110円)

## ご存知ですか? 暮らし応援サポート

◎暮らし応援サポートに該当される方は、個配手数料1回につき200円(10%税込220円)が、1回につき100円(10%税込110円)に減額されます。

※表示価格に別途消費税がかかります。  
※商品のお届けがない場合でも100円(10%税込110円)の手数料がかかります。



### 子育てサポート

母子手帳の交付日から、お子さんが6歳の誕生日を迎える日まで

### 介護者サポート

同一生計の家族または本人が、要介護認定を受けている方

### 高齢者サポート

70歳以上で、お一人またはご夫婦のみで暮らしの方

**赤ちゃんすくすくくらぶ**  
1歳未満のお子さんかいる方へのサービスもあります



### 障がい者サポート

同居のご家族、または組合員本人が障害者手帳をお持ちの方

### 復興支援サービス

- 1、応急仮設住宅・民間賃貸借上げ住宅・災害公営住宅にお住まいの方
- 2、大規模半壊以上の罹災証明をお持ちの方
- 3、お住まいが「震災時原発警戒区域」になり、避難された方

◎暮らし応援サポートは、専用申込用紙に必要事項を記入後、減額サービスを受けることができます。配達担当者又は各センター又は下記へお問い合わせください。

コープあおもり 共同購入部

0120-505034

## 週の利用高に応じた個配手数料減額制度のお知らせ

### ・1週間の利用高(税抜)に応じた個配手数料減額制度

利用形態	1週間の利用高(税抜)	個配手数料の減額
なかよし個配	0円~5,000円未満	減額はありませぬ
	5,000円~10,000円未満	半額になります
	10,000円以上	無料になります

■個配手数料減額の基準となる利用高(税抜)と個配手数料減額は以下ようになります。

- ☆週の利用高が10,000円以上で個配手数料は無料になります。
- ☆週の利用高が5,000円以上10,000円未満で個配手数料は半額になります。
- ☆週の利用高が5,000円未満の場合、個配手数料の減額はありませぬ。

■利用高として対象になるものは、以下のようになります

- ①「宅配納品書兼請求書」に記載の利用高(税抜)が対象になります。(個配手数料は含みませぬ)
- ②返品や追加手配品は、「宅配納品書兼請求書」に掲載され、合算された利用高が対象になります。返品はお預かりの翌週、追加手配品もお届けの翌週に、「宅配納品書兼請求書」に掲載します。
- ③「かくれんぼ君抽選値引き」、「利用登録商品値引き」、「宅配ポイント値引き」については、値引き前の利用高(税抜)が対象になります。

■注意点

「数量限定」、「急遽抽選商品」については、抽選でのお届けになります。抽選からもれた場合は、「宅配納品書兼請求書」に利用高が記載されないことから、利用高として含まれませぬ。予めご容赦ください。

### ◆お問い合わせは、各センターへ

- \*青森センター 0120-373-122
- \*弘前センター 0120-084-466
- \*浪岡センター 0120-280-091
- \*十和田センター 0120-126-236
- \*むつセンター 0120-122-373
- \*八戸センター 0120-286-003

◎受付時間 月~金 9時~19時



# は「3R 推進」+「食品ロス削減」月間

■10月は「リデュース」「リユース」「リサイクル」推進月間(略称:3R 推進月間)に定められています。“3R”(廃棄物等の発生抑制(Reduce)、再使用(Reuse)、再生利用(Recycle))に関する理解と協力や、循環型社会の形成に向けた取組を推進するため、環境省などによりさまざまなイベントや行事が行われています。さらに、今では3Rに「リフューズ(Refuse)」を加えた4Rが一般的になりつつあります。



## リフューズ(Refuse)【ごみの発生回避】

- ・買い物の時に安いからといって、必要以上に買わない。
  - ・買い物の時にはマイバックを持参し、レジ袋や過剰包装を断るなど、使い捨て型のライフスタイルを見直す。
- 4Rはどれもごみを出さないための工夫であり、場合によっては資源にもできる方法を説いています。これを意識することでごみ削減にも繋がるのです。

## ◀10月は食品ロスの削減月間でもあります▶

我が国では、食料自給率が低く、食料を海外からの輸入に大きく依存している中、まだ食べることのできる食品が、生産、製造、販売、消費等の各段階において日常的に廃棄され、大量の食品ロスが発生しています。

国内の食品ロス量は、近年、やや減少傾向にあります。平成29年度で年間612万トンと推計され、国民1人1日当たりでは、茶碗約1杯分のご飯の量に相当する約132gとなっています。このうち、事業系の食品ロス量は328万トン、家庭系の食品ロス量は284万トンです。では、本県の食品ロス量はどれくらいでしょうか。令和元年度の組成調査で推計した生活系(家庭系)の食品ロス量は2万9千トン、令和2年に実施した事業系食品ロス実態調査で推計した、事業系の食品ロス量は5万6千トン、計8万5千トンと推計されます(推計年度が異なるため、合計は参考値。また、いずれも推計値は調査の前年度を対象としています)。

県民1人1日当たりで見ると、生活系が約62g、事業系では約120gとなっており、合計は約182gと全国値を上回っています。この要因としては、本県の県民1人当たりの食品製造の事業所数が全国値の約1.6倍であるなど、食品関連事業所の立地が全国平均より多いことなどが考えられます。なお、発生要因を見ると、生活系は「食べ残し」、事業系は、食品製造業では「汚損・破損などによる規格外品」、食品卸売業と小売業では「消費・賞味期限切れ」、外食産業では「食べ残し」がもっとも多くなっています。

## ◀皆さんができること・てまえどり▶

「てまえどり」は、買い物のとき、陳列棚の手前にある消費期限や賞味期限の近い商品を、食べるタイミングを考えて、すすんで購入する取り組みです。青森県の調査では、食品小売業から発生する食品ロスのうち約95%が消費・賞味期限切れによるものです。

◆組合員の皆様、食べるタイミングを考えて、可能であれば「てまえどり」にご協力くださるようお願いいたします。

## 注防控がメールで届きます!

共同購入で欲しい商品を注文!



3日後...

買った商品の注防控がメールで届く!



月曜配達コースの組合員の場合は水曜日に控メールが届きます。※誕生日を過ぎた注文の場合は配達できません。

共同購入で購入済みの商品が確認でき、二度買いの心配もなくなります!

## 登録方法ははこちら

携帯から↓



- 1 登録用QRコードを読み込んで空メールを送信!
- 2 メールがきたら登録用URLをクリック!

画面が変わったら...

- 3 加入生協名  
組合員番号  
電話番号

※電話番号は組合員に加入して頂いたときに登録された番号を入力してください。

4 入力したら「送信」!

5 登録完了! もちろん無料です!

パソコンから→

[hikae@www.snet.coop](mailto:hikae@www.snet.coop)

※控メール登録時にインターネット注文ができる@あつとコープ(登録無料)にも同時登録されます。

もし混雑メールがない場合は

右記のドメインを新たに指定受信に設定追加して頂くか、ドメイン指定受信拒否を解除してください。@efriends.or.jp



## 「コープ葬」のご案内



「家族葬」も「一般葬」も

宗教・宗派問わず、どのような葬儀にも対応いたします。

「事前相談」受付中です



◎ご葬儀に関して、不安なことや、わからないことはございませんか?  
ご自宅や生協の施設で、お話をお伺いいたします。  
お見積りも作成いたします。

ご家族・ご親戚の葬儀も

組合員様が窓口でしたら、ご家族・ご親戚の葬儀にも対応いたします。

お気軽にできる「まごころ積立」



◎葬儀のための事前の積立「まごころ積立」をご存じですか?  
毎月1,000円からお気軽にできる積立です。  
是非ご検討ください。

お申し込み  
お問い合わせ

コープ葬祭センター



0120-16-1812

お問合せは月～金曜日の9時～17時  
葬儀の受付は24時間・年中無休