



# 10月は「3R推進月間」



◆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。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。

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。

## 1. リフューズ(Refuse)【ごみの発生回避】

・買い物の際に安いからといって、必要以上に買わない。・買い物の際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。・必要のないダイレクトメール等は、受け取りを拒否する。

## 2. リデュース(Reduce)【ごみの排出抑制】

・買う量、使う量を減らすことです。たとえば・・・パックされた製品の代わりに量り売り製品を購入する。・使い捨て容器入りの製品(シャンプー、リンス等)は詰め替え用を買うことで容器のごみを減らす。・食材購入時、料理の際には、買いすぎ、作りすぎを減らす。・生ごみを排出するときには水を切つて、重さと量を減らす。・弁当や飲み物を購入する際、割り箸、ストロー、スプーンなどの使い捨てのものを受け取らないように心がける。

## 3. リユース(Reuse)【製品・部品の再利用】

・繰り返し使うことです。たとえば・・・使い捨て容器(ワンウェイ容器)ではなく、ビールびん・酒びん・牛乳びん等のように何度も使える容器(リターナブル容器)に入ったものを選ぶ。・フリーマーケットやリサイクルショップ、古本屋などを積極的に利用する。・ものをすぐ捨てないで、修理などをして繰り返し使う。・一時期しか使用しないものは、レンタル用品を利用する。

## 4. リサイクル(Recycle)【資源に再生して、再利用】

・自分で再資源化することは難しいので、主にリサイクルルートにのせることです。たとえば・・・地域での集団回収で、古新聞・古雑誌・段ボール等の紙類、また古着・古布等を引き渡す。・町で行っている、再資源化が可能なものについて、分別を徹底して排出する。・スーパーやコンビニがルールを決めて実施している店頭回収を利用する。・生ごみを堆肥にする。生ごみ処理機、コンポスト容器などで自家処理を行う。・再生商品を購入する。いくらリサイクルルートへ排出しても買う人がいなければリサイクルの輪はつながりません。必要なものであればリサイクル製品の購入に努めてください。

《 ごみを減らすためには、個々人のごみを減らす意識が最も大切です 》

**青森県産品愛用 応援キャンペーン**

青森県産品を500円(消費税込み)以上お買い上げのうえご応募いただくと、抽選で950名様に県産品が当たります。

★Weekの中から青森県産品を500円以上ご利用いただき、右記の応募用紙にお届け週・商品名・金額・氏名・住所を記入して配達時に提出ください。期間は9月19日(土)～11月18日(水)お届分まで有効ですので、複数の週にまたがっても大丈夫です(納品書等の添付は不要です)

★共同購入では、①お届け週の共同購入納品書をご確認いただき、商品名の前もしくは後ろに「青森県産」の表示がある商品 ②Weekの産地・製造国表記が「青森」になっている商品が対象です

☆このキャンペーンは、県内で生産される米、野菜、果物、水産物、精肉、卵などのほか、県内の食品企業等が製造・販売する加工品を対象に、県内の各参加店で取り組まれるものです(コープあおもりの各店舗でも実施)。各参加店での利用については、参加店に備え付けの応募用紙でご確認ください。

当選者は、締め切り後厳正な抽選により決定し、12月末までに景品をお届けします。(※発送をもって当選発表とさせていただきます)

◇共同購入で県産品を利用して、応募しましょう。抽選で950名様に青森県産品が当たります。

キャンペーン期間

9月19日(土)～11月18日(水)



.....き.....り.....と.....り.....せ.....ん.....  
※記載された個人情報、他の目的には使用いたしません

## コープあおもり共同購入専用応募用紙

ご購入いただいた青森県産品の内容、金額を下欄にご記入のうえ、ご応募ください。

お届け週	商品名	金額
(記入例) 10月 3週	青森県産キャベツ	円 148
月 週		
月 週		
月 週		
月 週		
月 週		
月 週		
月 週		
月 週		
お名前	合計金額	
ご住所		

●この用紙は配達担当⇒商品企画課行き

# めがね 提携店のご案内



買うときも安心。買ったあとも安心。

## サトーメガネ

サトーメガネ  
3つのこだわり

### ①サトーメガネの遠近両用

遠近メガネをご存知でしょうか？  
初めての方も安心してお使いいただけます。

### ②検査・フィッティング

メガネの度数だけでなく視機能全体から  
お客様一人一人のニーズに合ったメガネを。

### ③安心のアフターサービス

「お客様が快適にご使用し続けて頂いているか」  
ということが大切です。



## 「組合員証」ご提示で

組合員様とご家族様も割引になります！

お得な  
特典

「生協」  
組合員割引

5%

「サトーメガネ」  
メンバー割引

5%

ご購入金額  
(税別)より **10%OFF**

※クーポン、割引券との併用はできません。また商品お渡し後の  
割引は対応できませんのでご注意ください。

### ■提携店(県内6店舗)

【青森浜田店】  
青森市浜田玉川196-11

【青森中央店】  
青森市青葉3-5-6  
サンワドー青森中央店2号館2F

【弘前城東店】  
弘前市高田3丁目2-1  
サンワドー弘前城東店2号館1F

【おいらせ店】  
上北郡おいらせ町緑ヶ丘1丁目50-2

【八戸八食店】  
八戸市長苗代狐田59-1

【八戸新井田店】  
八戸市新井田西2-25-10

### ◆お問い合わせは

コープあおもりサービス事業センター

**0120-540-502**

■受付時間 午前9時～午後5時(月～金)

## 生協灯油ニュース



# 新規申し込み 「灯油キャンペーン」

～10月31日(土)まで

新規給油申し込みの場合は、さらに1リットル2円(税込)引き(初回給油)です。

期間中ホームタンク・  
ポリ缶・ドラム缶全種類  
2円引き(税込)です。



②お任せ給油登録の方、ホームタンク3年に1回の  
無料洗浄特典はお問い合わせください。

1年間(3/21～3/20)にお任せ給油数量が  
\* 500リットル以上 → 洗浄無料  
\* 500リットル未満 → 半額以下洗浄

①お任せ給油登録：キャンペーン中は合計4円引き(税込)  
新規申し込みの方は、更に2円引き(税込) 特典

キャンペーン値引き      新規初回値引き      お任せ値引き      (最大) **値引き**  
**2円 + 2円 + 2円 = 6円(税込)**

◇冬の配達に向けて、新規登録をおすすめします。  
まずはフリーダイヤルどうぞ！

◎詳しい内容については、各灯油センターより連絡させていただきます。  
申込書は共同購入の組合員担当または、店舗サービス  
カウンターへお渡しください。

※個人情報、灯油事業に関する目的以外には使用いたしません。

留守電もきめて24時間受付中

青森灯油センター **0120-017-764**

弘前灯油センター **0120-170-446**

八戸灯油センター **0120-808-061**

キトリ線

お申し込み日 2020年 月 日

新規「生協灯油」申込書

週刊版ニュース

組合員コード

班名

組合員名

1回目の給油希望 月 日 頃      ○新規お任せ給油希望