

INDEX

パルシステム東京の理念と組織概要	04
パルシステム東京2030ビジョン	05

● 人材育成

教育・研修プログラム	06
職員インタビュー	07

● 事業

宅配、組合員拡大・共済、パルシステムでんき	08
福祉事業	10

● 「食」の取り組み

安全な食を求めて	12
商品の価値を伝える、食料自給率の向上を目指して	13

● 「環境」の取り組み

持続可能な社会を目指して	16
--------------	----

● 「人」の取り組み

ともにつくろう笑顔ひろげる身近な地域	18
「平和と復興」の取り組み	20

● 働く環境づくり

働きやすい環境づくり	22
------------	----

WEB で見る
2026 TSUNAGU



マップで見る2025



生活協同組合
バルシステム東京

理事長 西村 陽子



Message

生活協同組合バルシステム東京の事業と活動に皆さまの温かいご協力とご支援をいただき、心より御礼申し上げます。

2026年は戦後81年を迎え、平和への願いを新たにする年となりました。

2025年の国際協同組合年を経て、協同組合の価値と役割への期待はさらに高まっています。一方で、中東をはじめ世界各地で続く紛争や対立、エネルギー・資源問題の深刻化により、平和の脆さを痛感する日々が続いています。核廃絶と恒久平和の実現に向けた取り組みを次世代へと継承していく所存です。

気候変動による異常気象は常態化し、自然災害の頻発と激甚化が続いています。

当たり前にあると思っていた日々の食べものやくらしが、決して当然ではないことを私たちは学びました。食料価格の高騰や供給の不安定さは私たちの生活に深刻な影響を与え、同時に国内農畜水産業の重要性がより一層明確になりました。

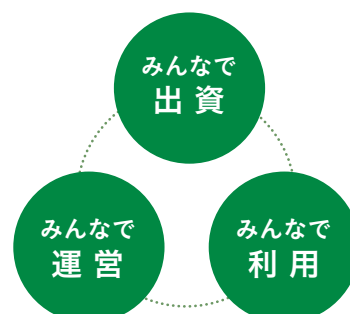
デジタル化の進展により社会の利便性は向上した一方で、人と人とのつながりの希薄化や格差の拡大といった新たな課題も浮き彫りになっています。また、環境問題、人権問題への対応も待ったなしの状況です。

しかし、こうした困難な時代だからこそ、生協は組合員一人ひとりの出資と参加により、よりよいくらしと社会の実現を目指す協同組織としての使命を果たす時です。事業と活動の両輪のもと、多様性を尊重し、信頼関係を築きながら、誰もが安心して暮らせる持続可能な社会を協同で築いていきたいと考えています。

希望ある未来を次世代へつなぐ(TSUNAGU)ために、今こそ手を携えて歩んでまいりましょう。

生協とは？

生活協同組合(以下、生協)は、組合員の生活の文化的・経済的改善向上をはかることを目的に設立された組織です。組合員自らが出資し、自分たちのくらし全般を向上するためにそれぞれの思いを寄せ合って決めた方針に基づく商品・サービスを利用します。組合員一人ひとりが、生協組織の「主体」なのです。



生活協同組合パルシステム東京の理念

「食べもの」「地球環境」「人」を大切にした 「社会」をつくります

- 01 食べものの安全性にこだわり、
生活者のくらしと健康を守ります
- 02 日本の食料自給力を強めるため、
生産者とともに産直運動を発展させます
- 03 安全・品質・価格・産直・環境面で
もっと優れた「商品」をつくります
- 04 女性の社会参加を応援します
- 05 平和、地球環境、福祉、たすけあいの活動を広げ、
地域社会に貢献していきます

パルシステムグループ

商品や環境政策などについて考え方を共有している10生協※が、パルシステムグループを構成しています。パルシステム東京はこのグループの中で、総事業高と組合員数ともに最大規模の生協です。

※利用事業会員を含めると13生協

パルシステム連合会

商品開発、仕入れ、商品管理、物流、
情報システムを担当

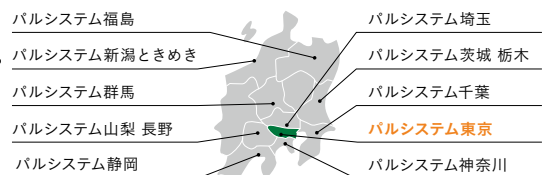
それぞれの生協

商品やサービスの供給（個人宅配
など）、福祉事業、組合員活動の支
援ほかを担当

pal★system

パルシステム生活協同組合連合会

パルシステムグループ 組合員数約170万人



組織概要

名称：生活協同組合パルシステム東京
設立：1970年4月1日
役員：理事長 西村 陽子
専務理事 杉原 学
常務理事 杉村 剛是
業務執行理事 市嶋 淳一
業務執行理事 菊地 剛
業務執行理事 間野 直

事業エリア：東京都全域（島嶼を除く）
本部所在地 東京都新宿区
配送センター 18カ所
福祉事業所 13カ所
保育所 2カ所

職員数：1,759人
組合員数：53万8,799人
総事業高：913億140万円
出資金：227億7,072万円

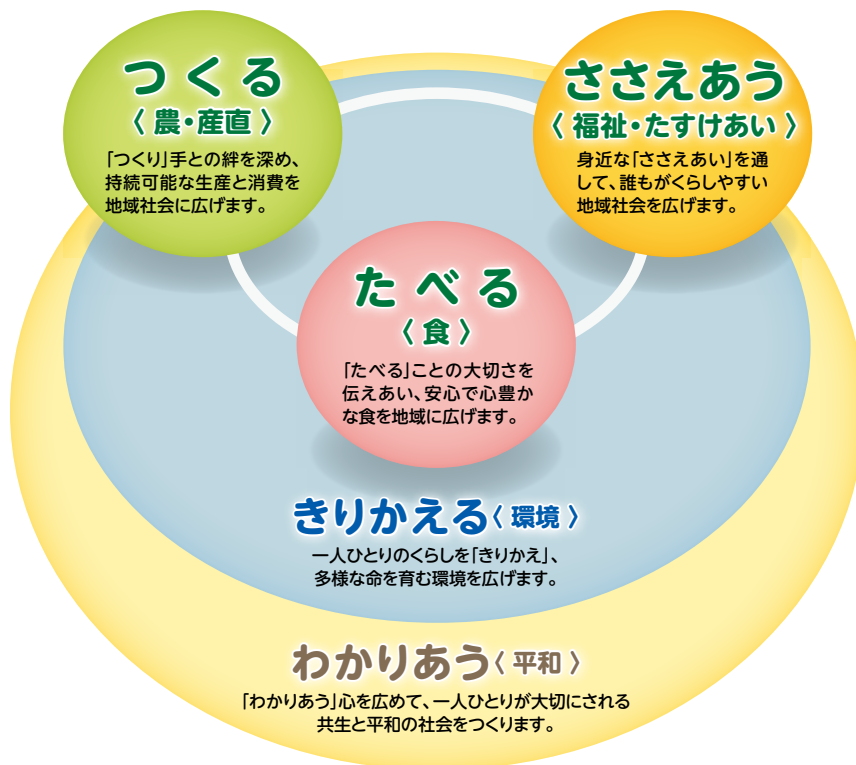
※数値は2026年3月末時点

パルシステム東京2030ビジョン

「たべる」・「つくる」・「ささえあう」 ともにいきる地域づくり

一人ひとりの行動で、持続可能な地域社会をつくり、世界の平和につなげます

わたしたちがめざすもの



実現するための取り組み

社会活動

- 社会的課題の解決に向けて、NPOをはじめとした他団体や協同組合間で連携した取り組みをすすめます。
- 笑顔ひろげる身近な地域づくりに向けて、事業所を拠点に、行政・地域団体と連携した取り組みをすすめます。

事業と活動

- 人生100年時代を見据えた学びや活動の機会を広げていきます。
- 一人ひとりの多様なくらしに対応した事業の改善・開発をすすめます。

人と組織

- 生協運動の活性化と継承に向けて、組合員参加の入り口を広げるとともに、担い手づくりをすすめます。
- パルシステムを担う人材の多様な働き方の創出や雇用環境の整備をすすめます。

2025年度の取り組み

2025年6月に開催した第33回通常総代会で決議を行い、各議案について可決・承認がされました。本誌では、総代会で組合員と確認した2025年度の主な取り組みについて紹介しています。



人材育成

教育・研修プログラム

理念・ビジョンの浸透をはかり、日々の業務に活かすためにさまざまなプログラムを実施しています。

産地研修

「産地研修」では、新卒・経験者採用、ステージ別の昇格した職員などを対象に実施。産直への理解を深めるとともに、生産者との交流を深めました。



女性キャリア形成研修

女性職員20名を対象に、2025年度女性職員キャリア形成研修を実施しました。自分らしくいきいきと働き続けるための組織の仕組みや風土づくりについて、考える時間となりました。

次年度方針説明会

常勤理事および執行役員が、管理・監督者へ組織の方針を説明し、理解を深めました。



パルシステムの事業【宅配・電気】

「パルでよかった」と思える仕事が、私の誇りです

朝9時頃から板橋センターで商品の積み込みを行い、配送トラックに丁寧にセットしてから出発、一軒一軒組合員の皆さんのもとへ商品をお届けしています。ただ商品をお届けするだけではありません。

私たちは常に組合員の目線に立ち、配慮ある行動を心がけ、たくさんの想いが詰まった商品を破損やミスなくお届けすることが最も重要だと考えています。

お届け先の組合員の方々から感謝の言葉をいただいた時には、心から「パルでよかった」と感じます。

板橋センター 供給リーダー 原田

パルシステムの事業【拡大・共済】

「パルシステムを選んでよかった」の言葉が私の誇りです

毎日、はじめて出会う方にパルシステムの魅力を伝えています。さまざまな配送サービスがある中で、パルシステムという生協を選んでいただけたときはとても嬉しいです。

特に、イベント会場や日々の戸別訪問などで組合員から直接「パルシステムを選んでよかった」の言葉をいただけることが、私にとって何よりの誇りになっています。

営業は決して個人プレーではありません。チームや組織の力を合わせてこそ、新たな加入につながります。

チームが一丸となり目標をやり遂げたときは、何事にも代えがたい喜びと達成感があり、この連帯感こそが私たちの原動力になっています。

東村山センター 営業リーダー 花島

パルシステムの事業【福祉】

利用者さんの「ありがとう」の言葉で幸せな気持ちに

府中陽だまりだんらんは、小規模な施設のため、お一人おひとりに深く寄り添えるのが特徴です。

「またここに来たい」「早くデイサービスに行きたい」と思っただけのような雰囲気づくりを大切に、毎日笑顔で接しています。また、その日の体調や気分、ご家庭での様子などをしっかり理解するよう心がけています。

そんな中、「ありがとう」の言葉を聞くと、私の方が幸せな気持ちになります。

これからも、利用者様が毎日ホッと安心し、楽しく笑顔で過ごしていただけるよう、心に寄り添ったサービスをしていきます。

府中陽だまりだんらん 常勤介護職員 佐藤

事業

宅配

毎週同じ曜日・時間帯に配達担当が訪問するほか、地域を見守り組合員一人ひとりに寄り添います。

ドーリー積み・リフト積み

各配送センターでは、省人化を実現するため、納品された状態でそのままトラックへ積み込むドーリー積み、パワーリフトを使い商品をまとめて持ち上げるリフト積みを導入しました。従来の方法では、担当者が商品の一つ一つ手作業で積み込んでいましたが、これにより効率的な積み込みができ、大幅な負担削減に成功しました。



平準化

サービス品質の向上と働きやすい環境づくりの両立をはかるため、業務の「平準化」に取り組みました。業務プロセスの「見える化」、手順の「標準化（マニュアル化）」を推進することによって常に高い品質をお届けできるよう継続的にすすめていきます。



平和島センター

10月、営業・事務部門を併設しない供給特化型のサテライト拠点として平和島センターを新設し、さまざまな取り組みにチャレンジしています。紙媒体による配送管理から、配達担当用のスマートフォン端末を活用した配送管理システムへと移行し、ペーパーレス配送を実現。また、問い合わせや冷蔵品の倉庫作業を近隣センターで対応することで、配送業務の効率化と省人化につなげています。

冷凍保冷剤導入

ドライアイス原料の高騰対策および環境負荷軽減のため、全18センターにおいて冷凍保冷剤への切り替えを実施、昨年と比べ1,300万円※の経費削減を実現しました。

引き続き、冷凍保冷剤の運用と環境負荷削減に取り組みます。

※2026年1月末時点



組合員拡大・共済

組合員を広げる取り組みや組合員同士が掛金で支え合い、ケガや病気、災害の「もしも」に備える共済の推進をしています。

営業スキルの向上を目指して

5月に開催された「マタニティファミリーフェスティバル @水天宮」に出店。パルシステムグループの職員も集まり、新規組合員128件、共済42件の加入という大きな成果を上げました。他地域で活躍する職員との交流では、参加職員の視野拡大と知識向上がはかられ、営業スキル及びモチベーションアップにつながる機会となりました。



数字でわかるパルシステム

新しく組合員になった人

46,376人

新しくCO・OP共済に加入された人

10,461人 ※1

CO・OP共済給付件数

23,141件 ※2

2026年3月末時点

※1 《たすけあい》《あいぶらす》《ずっとあい》の3商品から算出

※2 《たすけあい》商品から算出

パルシステムでんき



産直産地や地域と連携して調達された再生可能エネルギーとFIT電気の「パルシステムでんき」で、子どもたちが安心して暮らせる持続可能な社会を目指します。



電力産地スタディツアー

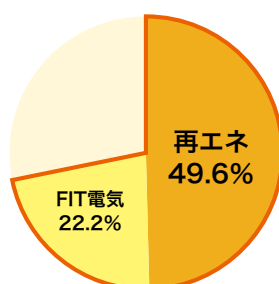
6月「パルシステムでんき」の学習会、福島スタディツアーを実施しました。各センターから34名、本部からは5名の合計39名が参加し、東日本大震災の被害や福島第一原発事故から14年経つ今もなお地域に影響を及ぼし続ける放射能被害の爪痕を確認し、生協として食と同じくエネルギーの安全性を考えました。

電源構成(2025年度実績)

「再生可能エネルギー + FIT電気」

比率71.8%

※詳細についてはパルシステムでんきのHPをご覧ください



福祉事業「陽だまり」

パルシステム東京の介護事業所「陽だまり」は現在、居宅介護支援（6事業所）や訪問介護（7事業所）、通所介護（10事業所）、グループホーム（3事業所）の都内26事業所でサービスを提供しています。



生協10の基本ケア

利用者の尊厳を守り、ふつうのくらしを取り戻すための具体的な介護指標である「生協10の基本ケア」。パルシステム東京の自立支援では、できないことを補うのではなく、できることを増やす視点で実施。独自研修も実施しながら職員の専門性を高めています。



共生ケア

「ばる★キッズ」と「陽だまり」では「幼老の共生ケア」をコンセプトとし、それぞれが連携してきめ細やかな総合福祉を展開しています。このふれあいでお互いに学び合い、より楽しい日常を送れる環境を提供しています。



外国人介護人材

2025年度、新たに2名を迎え入れ、12名の特定技能外国人が陽だまりで活躍しています。介護技術だけでなく介護の資格取得や日本語の勉強など、日々奮闘しながら頑張っています。2019年より迎え入れを開始し、今では、それぞれの事業所で大切な役割を担っています。





福祉事業「ぱる★キッズ」

都内2カ所で東京都認証保育所「ぱる★キッズ」を運営。保育理念「たべる・食育」「ふれあう・木育」「あそぶ・遊育」のもと、健やかなからだと豊かな心を育んでいます。



規格外食材の活用

出荷が難しい「パルシステムの規格外食材」を通じた食育活動を年間通じて実施し、五感を使った学びの場を広げています。ぱる★キッズと併設していないデイサービス(辰巳・八潮・愛宕)でも活用し、利用者の調理意欲や食べる意欲につながる活動になりました。

食育産地・メーカー交流

産地・メーカー生産者を講師に招き、親子で「味噌づくり(府中)」「パン作り(足立)」体験会を実施。規格外食材の提供産地生産者(J A ちばみどり海上産直部)との交流企画も開催しました。生産者との「つくる・味わう」体験によって、パルシステム食材の「物語」に共感するとともに、作り手に感謝の想いを伝える機会にもなりました。



とうきょうすくわく

プログラムへの参加

2025年度より「とうきょうすくわくプログラム」を活用し、子どもたちの探究活動を行っています。2025年度のテーマは「自然」。身近な生きものへの疑問や声を拾いながら次の活動につなげ、園児たちの興味や関心は、土・光・木へと展開していきました。



小学生対象「保育のお仕事体験」

夏休み期間を利用し、小学生が「お兄さん・お姉さん先生」として「ぱる★キッズ 保育のお仕事体験」に参加しました。手あそびや絵本の読み語り、給食体験などの活動を通して低年齢児と関わることで、参加児童や保護者からは、思いやりの心を持てる貴重な体験になったとの声があがりました。



とうきょうすくわくプログラム

すべての乳幼児の「伸びる・育つ(すくすく)」と「好奇心・探究心(わくわく)」を応援する幼保共通のプログラム。幼稚園や保育所といった施設類型の垣根を越え、主体的・協働的な探究活動を通じ、子どもの豊かな心の育ちをサポートします。

食の 取り組み

安全な食を求めて

パルシステムでは独自の基準を設けて、産直産地の農畜水産物や、食品添加物を削減した加工品など、安心安全な商品をお届けしています。

7つの約束

1. 作り手と「顔の見える関係」を築き、信頼から生み出された商品をお届けします。
2. 食の基盤となる農を守るためにも国産を優先します。
3. 環境に配慮し、持続できる食生産のあり方を追求します。
4. 化学調味料不使用で、豊かな味覚を育みます。
5. 遺伝子組換えに「NO!」と言います。
6. 厳選した素材を使い、添加物にはできるだけ頼りません。
7. 組合員の声を反映させた商品づくりを大切にします。

食の安全を学ぶ取り組み

食の安全に関するさまざまなテーマで企画開催や情報発信を行い「食べるものを選ぶ」大切さをひろげています。

夏休み こども科学実験教室

パルシステム商品検査センター「ばるあんしん館」の見学のあと、サイダーづくりなどの実験に挑戦。

科学者さながらに白衣に着替えた子どもたちは、実験結果に驚きの声をあげていました。

「食べものナビゲーター」の発行

食の安全に関する情報誌「食べものナビゲーター」と公式YouTube「食ナビ」動画版で、食品添加物や遺伝子組み換えなどのテーマについて情報発信しました。



パルシステムの「商品づくり」

次世代へ豊かな「食」と「農」をつなぐため、パルシステムは、『7つの約束』を掲げて商品づくりに取り組んでいます。



サイダーづくりの実験に挑戦



商品の価値を伝える

「商品を選ぶことで社会を変える」取り組みを実践しています。商品の価値を広めるため、学習会や交流企画を開催し、組合員と生産者・メーカーをつないでいます。

オーガニックカフェへようこそ♪ ～有機農産物を知ろう&食べよう～

有機栽培について学ぶ組合員向け企画を生産者と組合員講師のコラボで開催。有機野菜ランチプレートも堪能しました。



有機農法ギルドの
生産者と組合員講師

産地やメーカーから

商品学ぶ

食育や商品を伝える組合員講師「食育リーダー」「PLA(パルシステム・ライフアシスタント)」による講座や、産地・メーカーを学ぶ企画を実施しました。

産地・メーカーとの架け橋 「商品担当」

生産者・職員・組合員をつなぐ役割の「商品担当」は、商品に込められた作り手の想いやこだわりを学び、職場の仲間や組合員へ伝える活動を行っています。



野菜の産地、八千代産直(茨城県)で収穫体験

食料自給率の向上を目指して

日本の食料自給率は先進国の中で最低水準です。作る人と食べる人、お互いを知ることによって豊かな地域社会をつくり、食料自給率の向上を目指します。

パルシステムの「産直」

パルシステムの「産直」は、「つくる人」と「食べる人」がともに支え合う運動です。以下の4つからなる「産直協定」を結んだ産直産地とともに、生産者の高齢化や気候変動といった農業課題の改善に取り組んでいます。

産直 4 原則

1. 生産者・産地が明らかであること
2. 生産方法や出荷基準が明かで生産の履歴がわかること
3. 環境保全型・資源循環型農業を目指していること
4. 生産者と組合員相互の交流ができること

米作り体験実習

「お米の出前授業」

東京都の小学5年生を対象としたバケツ稲の田植えや籾摺り脱穀体験を通して、お米への関心を高めています。



公開確認会

公開確認会は、組合員が農畜水産物の栽培方法や安全性などを直接確認し、生産者とともに課題改善につなげるパルシステム独自の取り組み。

2025年度は「花兄園」にて、「産直たまご」を監査品目として開催しました。



援農

農業の現場では、生産者の高齢化や後継者不足により、慢性的な人手不足が課題となっています。

そこで、組合員や職員が産地の農作業をお手伝いする「援農」を開始。新しい産地との関係性にチャレンジしています。



／ パルシステム東京初 ／

組合員の援農企画（1産地）

桃の栽培は年間を通して細かな手作業が続き、特に繁忙期は人手が必要となります。山梨県の産地「御坂うまいもの会」で、組合員対象の援農企画を開催し、桃の袋がけを行いました。産地からは「とても助かったので、継続して取り組んでほしい」との感謝の声が寄せられました。

2026年度は、援農産地をさらに拡充していきます。

参加者の感想

一年を通してたくさんの作業があり、手元に届くまでこんなに愛情込めてつくられているのだとわかりました。

手間ひまのかかるフルーツ、値段にも納得が이었습니다。

素晴らしい園場での作業は、あっという間の時間でした。また参加したいです！



生産者の感想

御坂うまいもの会
雨宮政彦代表

6月は、桃とぶどうの作業が重なり、人が何人いても足りないくらい忙しい時期。みなさんのおかげで作業がすすみ、大変助かりました！
今回の作業は、一年の中でほんの一部ですが、桃やぶどうを購入する際、今回の作業のことを思い浮かべ手に取ってもらえたら嬉しいです！



職員の援農企画（4産地）

職員有志が出荷作業や電気柵設置など農作業をお手伝いする「援農」も実施。交通費や昼食代などをパルシステム東京が負担します。産地と職員のつながりを深め「産地、商品を好きになることで自信を持っておすすめできる」「自分の仕事の意味や、パルシステムで働く意味を見つめなおすきっかけになる」ことを目的としています。

参加者の感想

農作業と学習会ができて嬉しい。一つ一つ手作業で本当に大変だと思いました…。

生産者と協力しながらの作業で商品知識や大変さを学べました。



特集 2 いなぎめぐみの 里山

2025年度、組合員の里山体験イベントは、
畑で取れた食材を使ったピザや鍋料理の調理、
収穫体験、夏休みの昆虫探しなどの企画を**54企画**開催し、
組合員を中心に延べ**1,756人**が参加しました。



竹を伐採してコップや竹皿をつくるよ

また、今年から職員が、
ボランティアとして下草刈りや竹の伐採などを行う
保全整備活動もはじめました。



大きなタケノコを収穫したよ



Tokyo-NbS アクションアワード優秀賞受賞



東京都が主催する「第2回Tokyo-NbSアクションアワード」
中小規模法人部門優秀賞を受賞しました。
植物観察企画によるモニタリングや職員・組合員による
本格的な森林保全活動、整備内容のサイトでの記録化も開始し、
「いなぎめぐみの里山」を拠点とした自然体験活動と多様な主体による
継続的な里山維持管理が高く評価されました。



優秀賞取組紹介



環境の取り組み

持続可能な社会を目指して

「一人ひとりの行動で つなげる地球の未来」をテーマに「環境方針」に沿って持続可能な未来を目指し、里山の間伐作業を通じた生物多様性保全や、石けん工場見学などの石けん普及に取り組みました。



環境方針

1. 「脱炭素社会」の実現に向けて取り組みます。

事業所におけるCO₂排出量46%削減(※)を目指し、事業と組合員のくらしの両輪で省エネルギーを推進します。

※2030年までに2013年度比で46%削減

2. 「循環型社会」の実現に向けて取り組みます。

3R、ペーパーレス化、容器包装と物流資材のプラスチック削減(※)に注力し、環境負荷を可能な限り減らします。

※PETボトル商品を扱わないことを含む

3. 「自然共生社会」の実現に向けて取り組みます。

都内の緑地や里山、産直産地などで生物多様性保全と森林保全に取り組みます。

4. 「脱原発」の実現に向けて取り組みます。

グループや他団体と連携して取り組みます。また、組合員とともに電力事業を支え、再生可能エネルギーを広げます。

5. くらしの視点で組合員と環境活動に取り組みます。

くらしの視点で身近な環境問題に取り組み、石けん運動など組合員参加の環境活動を広げます。

パルエコアース担当

全配送センターと本部から選ばれた代表職員がパルシステムの環境の取り組みを上げるためエスケー石鹸工場の見学と光が丘公園自然観察・外来植物駆除作業に参加しました。職員一人ひとりが環境のために今できることを考えるきっかけとなりました。



パルシステム東京

CO₂排出量削減計画

4月より、排出係数ゼロとなる再エネ100%電力プランを導入しました。

パルシステムでんき契約の15センター・9施設が対象で、2025年度の削減率は目標46.0%を上回る見込みです。





みんなで3Rの取り組みを広げ

地球環境を再生

循環型社会の実現を目指し、「ごみを減らす、繰り返し使う、資源として再利用する」取り組みを推進しています。より多くの組合員に広げていくため、リユース・リサイクル品返却時のポイント付与の取り組み周知や、環境問題に取り組む地域の資源再生工場見学ツアーなどを行いました。

戻してパルRポイント
をGet!!

『いざGO! クリーンな』未来へ

注文番号 135097



三富今昔村へ行こう！
みんなでリサイクルツアー

生物多様性への再生

観察企画や森林保全ボランティア企画について

生物多様性の実現に向け、都内の身近な公園や大学の敷地で大人から子どもまで参加できるような昆虫観察会や鳥の観察会を行いました。里山でのモニタリング活動も継続しています。



くらの環境問題からはじめる

川と水の再生

エスケー石鹸工場見学

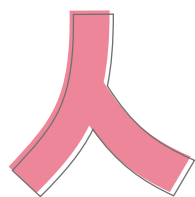
石けんの良さを伝える活動を行っています。工場を訪れ、石けんの特長や製造過程を見学することで、洗剤が環境に与える影響を学びました。



脱炭素化と地域産材の有効活用

配達時にCO₂を排出しないEVトラックの床材に、「産直協定」を結ぶ南都留森林組合の間伐材を100%使用。環境保護と地域振興の両立を実現した取り組みとなりました。





の取り組み

ともにつくろう 笑顔ひろげる身近な“地域”

子どもから大人まで様々な境遇の人たちが手を取りあって、楽しく、笑顔も涙もある、身近な地域の輪を共感とともに広げていきます。



地域で広がる活動

「委員会活動」

組合員自らが、さまざまなカタチでパルシステムとつながり、ともに学びあう活動を実施しています。委員会活動を中心に、食の安全や環境、平和や福祉、地域の課題などに取り組み、くらしを豊かにするイベントを開催しています。



委員会数

154委員会

2025年度企画数

559企画

参加人数

のべ**8,694**人

2026年3月末時点

「福祉・たすけあい助成金」

コープ共済《たすけあい》等の共済・保険事業で生まれた剰余金の一部は、いなぎめぐみの里山を活用した社会的孤立者への自立支援をはじめ、よりよい地域社会の構築に向けて活用しています。たすけあい活動では、地域の居場所見学やライフプラン学習会などの取り組みを通じ、組合員と地域をつなぐ居場所づくりとボランティア活動の拡大をはかり、地域共生社会の実現を目指しています。



/ バナナからフードロスを学ぼう \

市民活動助成基金

組合員が商品やサービスを利用することで生じる剰余金をもとに、行政では解決しづらい問題に取り組む団体を資金面で支援しています。助成終了後の団体間連携による、地域社会づくりの取り組みもすすめています。

2025年度

11団体 約**491**万円

1998年～2025年(累計)

のべ**330**団体 約**1億3,045**万円





▲府中センター

「センターまつり」を開催

日頃の地域への感謝を込めて、配送センター内を開放し「センターまつり」を開催。パルシステム商品の生産者・メーカーが出展して試食・販売を行ったほか、配送トラック乗車体験などを通じて、地域にパルシステム東京の多様な取り組みを紹介しました。



江戸川センター



多摩センター



柏江センター



世田谷センター



青梅センター

パルシステム東京の施設活用

パルシステム東京の施設(会議室、調理室等)を活用した高齢者の地域デイサービスや学習支援、障がいのある子どもを持つ家族のレスパイトケアなど地域の活動を応援する取り組みを継続しています。



フードバンク・子ども食堂などの支援

行政や地域の団体と連携し、支援を必要とする団体(子ども食堂など)へ、調達で発生する予備青果を提供しました。夏休みや冬休みの期間には「お米」4.08t、「毎日クロワッサン8個入り」14,688箱、「徳用産直ごはん(パック)秋田あきたこまち200g×20」680箱をひとり親家庭などへ提供しました。

また、2026年4月に入学する生徒を対象に、新中高生に向けた新しい学習支援制度を開始しました。



“平和”なくらしを守るために

子どもたちに安心して手渡せる未来のために、「平和な共生の世界をめざします」「一人ひとりが尊重され、いのちを大切にする社会づくりをすすめます」「次世代が希望をもてる地域をつくりまします」を重点に置いて平和活動をすすめています。



平和カンパ

世界の厳しい状況にいる子どもたちに、NGO団体を通じて組合員による寄付活動を毎年実施しています。

2025年度実績

1,363万4,251円

1996～2025年度累計

2億2,252万2,428円



ナイトピースカフェ

“Night Peace Café”
「世界のどこかで起きていることを知り、日常に新しい気づきが芽生える企画」として2025年度は平日の夜に計2回開催しました。



ピースアクション

inヒロシマ・ナガサキ事前学習会

夏休み！家族で考える戦後80年～ノーベル平和賞受賞までの道のり～

ノーベル平和賞を受賞した日本被団協代表委員の箕牧氏の戦争・被爆体験のお話や、現地広島で平和ガイドを行っている多賀氏のお話を聞くことで、戦後80年の節目の年をあらためて考える機会となりました。



箕牧智之氏
(日本被団協代表委員)



渡部久仁子氏
(ANT-Hiroshima理事)



多賀俊介氏
(広島平和ガイド)

平和スタディツアー

原爆投下の実態と戦争の歴史を学ぶため、広島・長崎・沖縄へ組合員と役職員が毎年訪問しています。

原爆投下から80年となる2025年も原爆投下日に合わせて開催されるピースアクションinヒロシマ・ナガサキに参加しました。



長崎



沖縄



広島



沖縄戦の実相と現在の沖縄が抱える基地問題を学び平和について考える機会として、沖縄の戦跡や基地をめぐる平和スタディツアー「沖縄戦跡・基地めぐり」に参加しました。



被災地の“復興”を支援する

東日本大震災から15年という節目に、震災を知らない世代の子どもたちと被災地の「今」を学び「被災の継承」と未来への想いをつなぐ支援活動に取り組んでいます。

東京電力福島第一原子力発電所

事故被災者応援金

各地域のパルシステムグループ生協が、福島原発事故の被災者を支援する団体を推薦し、募金活動を行っています。

パルシステムグループ2025年度助成実績

20団体へ、総額**624万5,000円**

パルシステム東京からの推薦

3団体へ**110万円助成**

震災復興支援基金

「パル未来花基金」

被災者の復興支援を自発的に行っている組合員主体の活動を、2014年から支援し続けてきた基金です。

※2025年度助成をもって終了となります。

2025年度

5グループへ、総額**149万5,970円**を助成

2014～2025年度（累計）

のべ**3,639万582円**

3.11シンポジウム

親子でつなぐ3.11「被災地と手をつなごう ～あの日から15年、未来へ～」

2026年3月14日、東日本大震災から15年という節目に、被災地の「今」を学び、「被災の継承」と未来への想いをつなぐ場として、「3.11シンポジウム」を開催しました。震災を知らない世代の子どもたちとその保護者が集まり、被災地NGO協働センターの能登活動拠点の方々とオンライン交流をしました。



地域版！防災まち歩き体験会

関東大震災から103年、阪神・淡路大震災から31年、東日本大震災から15年、2024年1月の能登半島地震も他人ごとではありません。地域での防災まち歩きに組合員・役職員が参加しました。今回は中野区と国立市にて「防災まち歩き体験会」を開催。中野編では住宅密集地域における火災について、国立編では多摩川の氾濫をイメージし、それぞれの地域特性に合わせた防災ポイントを確認しながら実際の街を歩いて防災への意識を深めました。



中野区



国立市



働く環境づくり



働きやすい環境づくり

パルシステム東京では、職員一人ひとりが働きやすい環境を実現するため、業務の標準化や教育・研修に取り組んでいます。障がい者雇用など、さまざまな人材や仕事形態の充実をはかり、業務品質の向上に努めています。



育休取得推進

昨年度に引き続き、男女ともに取得率100%を達成しています。

短期(7日未満)

2名

長期(7日以上)

26名

※正規職員

サポートPAL

新人職員が先輩職員に不安や悩みを相談できるメンター制度「サポートPAL」を実施しました。7名が登録し、配送同乗や営業同行を通して、不安の解消や働きがいを高める取り組みをすすめました。



ウッドスタート宣言



2015年より福利厚生の一環として、赤ちゃんが誕生した職員家庭へ国内でつくられた「木のおもちゃ」を贈呈しています。

ウッドスタートとは

子育てに国産材・地域の木材を積極的に活用しようとする「木育」推進の取り組み。子育て環境を整備するだけでなく、木の良さを知り、木の温もりを感じながら楽しく豊かにくらすことができるようにしていく取り組みで、NPO法人「芸術と遊び創造協会」が提案する木育の行動プランです。

健康相談に関する取り組み

健康についての悩みに24時間365日対応できるよう、オンライン医療相談ツールfirst callを導入し、専門分野の医師が、職員の心と体の健康管理を支援します。





福利厚生・待遇

子育て手当

お子様おひとりにつき月17,000円(第3子以降10,000円)の「子育て手当」で、日々の暮らしを支える制度を完備しました。

公的資格取得表彰規程(5,000円～5万円) 14名

目指せる資格は40種類以上！成長を形にする公的資格取得表彰制度です。自己啓発を目的とした資格取得支援が充実しています。2025年度も14名の職員が制度を活用しました。実務に活かせる専門知識を、働きながら身につけられる環境です。

子の看護等休暇(小6の年度末まで) 75名

負傷・疾病になった子の世話、学級閉鎖、お子様の入園(入学)/卒園(卒業)式の参加などの理由でお休みする場合、1年間で1人の子に対し上限5日間を有給で取得することができます。※有給なのは小1まで。小2～6までは無給

猛暑手当

東京都内で気温が35℃を超えた地域が発生した際、外回り業務に従事する配達・営業を担当する職員の健康管理対策として500円の補助金を支給しています。また、配送センターおよび一部の福祉事業所においては、夏季(7月～9月)の間、自動販売機にてスポーツドリンクや麦茶等の飲料を特別価格で購入できる制度を設け、熱中症予防に取り組んでいます。

職員交流のための3つの制度 約755万円 ※概算

3つの補助制度から職員同士の親睦と働きやすい環境づくりを目指し、職員同士のコミュニケーションの活性化をはかっています。

- ・10名以上で構成されるサークル活動には年間最大4,000円/人
- ・4名以上のグループ旅行には最大10,000円/人
- ・職場全体の6割以上が参加する交流会には年2回まで最大4,500円/人

全職員集会 7年ぶりの会場開催！

職員一同が当年度事業の振り返りや定年者を労う場として毎年開催している全職員集会。55周年は『輝け55！明るく楽しく元気よく！』をテーマに7年ぶりにオンラインではなく会場(京王プラザホテル)で開催しました。パルシステム東京で働くことの誇りと喜びを全員で感じられる機会となりました。



リスクマネジメント

内部統制システムの推進

組合員と社会に信頼される健全な組織体制を整備するために、「内部統制システム基本方針(組織体制の整備と運用を効率的に行うために必要な基本方針)」(2009年12月制定、2021年3月改定)に基づいて取り組んでいます。

内部統制システム基本方針の検討

毎年定期的に

- 1 機関設計の見直し
- 2 法改正
- 3 生協業界の動向
- 4 業務内容の大幅な変更
- 5 その他事項

の項目に沿って検討しています。

リスクマネジメントシステムの推進

組織の事業活動の中で想定されるリスクを洗い出し、そのリスクに対するマニュアルや規程類の確認を行っています。その上で組織全体で重要度の高いリスクに対しての対策や計画を策定しています。

報告の信頼性確保

報告の信頼性確保はもとより、業務の効率化及び「仕事の見える化」を推進するため、決算における業務処理、作業もれを点検するチェックリストの運用を行っています。

内部監査の専門性・信頼性

日本内部監査協会の認定資格である内部監査士の資格を取得した職員が、内部監査の専門性・信頼性の確保のために研修受講などにより、監査能力の向上に努めています。

コンプライアンスの推進

法令・内部規則だけでなく、倫理面でも組合員・社会の期待に応えられる行動や判断を行うための指針として行動規範を定めています。

行動規範カード

「パルシステム東京行動規範」の本文を掲載したカードを役職員は常に携帯します。カードには「行動規範」のほか「コンプライアンス相談窓口」「こころとからだの健康相談窓口」「交通事故発生時の対応」「災害発生時の安否連絡手段」などを掲載しています。

相談窓口(ヘルプライン)

職員からの相談案件に対応するほか、違反行為の防止や、迅速な是正を目的に設置しています。

コンプライアンス委員会

専務理事のもとに設置され、常勤理事及び執行役員及び2人の外部有識者で構成。特に外部有識委員(弁護士、コンプライアンス専門家)の意見・具申は、効果的な牽制機能となっています。

カスタマーハラスメントに対する基本方針

「東京都カスタマーハラスメント防止条例」に基づき、公正で持続可能な社会の実現と職員の人権・健康保護を目的として「カスタマーハラスメントに対する基本方針」を制定しています。

生活協同組合 パルシステム東京

<https://www.palsystem-tokyo.coop/>

パルシステム東京新宿本部

〒169-8526 新宿区大久保2-2-6 ラクアス東新宿
TEL 03-6233-7600(代) FAX 03-3232-2581
Eメール palsystem-tokyo@pal.or.jp

配送センター

江東センター 〒136-0076 江東区南砂2-36-1
港センター 〒108-0075 港区港南5-5-12
池尻センター 〒154-0001 世田谷区池尻2-23-4
足立センター 〒121-0011 足立区中央本町4-3-7
青梅センター 〒198-0024 青梅市新町3-11-1
八王子センター 〒192-0033 八王子市高倉町4-7
昭島センター 〒196-0021 昭島市武蔵野2-23-2
多摩センター 〒206-0032 多摩市南野1-2-5
東村山センター 〒189-0011 東村山市恩多町1-10-1
府中センター 〒183-0052 府中市新町2-29-4
世田谷センター 〒157-0061 世田谷区北鳥山7-21-11
大田センター 〒146-0081 大田区仲池上1-31-1
練馬センター 〒179-0073 練馬区田柄4-38-5
江戸川センター 〒132-0025 江戸川区松江2-10-18
三鷹センター 〒181-0013 三鷹市下連雀6-15-18
板橋センター 〒174-0041 板橋区舟渡3-20-28
狛江センター 〒201-0003 狛江市和泉本町4-5-24
平和島センター 〒143-0006 東京都大田区平和島6-1-1
東京流通センター物流ビル
A棟内AW1-6

● デイサービスセンター
● ホームヘルプサービス
● ケアマネジメントサービス

● 認知症対応型デイサービスセンター
● 認知症対応型グループホーム

福祉事業所

● 江戸川陽だまり 〒132-0025 江戸川区松江2-10-18
● 辰巳陽だまり 〒135-0053 江東区辰巳1-2-9-101
● 辰巳陽だまり 〒135-0053 江東区辰巳1-1-34 辰巳ビル3F
● 東雲陽だまり 〒135-0062 江東区東雲2-4-3-106
● 足立陽だまり 〒121-0011 足立区中央本町4-3-23 2F
● 八潮陽だまり 〒140-0003 品川区八潮5-2-2 八潮ビル2・3F
● 中野陽だまり 〒164-0003 中野区東中野1-4-10
● 中野中央陽だまり 〒164-0011 中野区中央5-41-18 東京都生協連会館5F
● 上町陽だまり 〒154-0017 世田谷区世田谷2-8-2 パルテノン上町1F
● 狛江陽だまり 〒201-0003 狛江市和泉本町4-5-24 2F
● 府中陽だまり 〒183-0054 府中市幸町2-13-29
● 府中陽だまり 〒183-0054 府中市幸町2-13-30
● 東村山陽だまり 〒189-0011 東村山市恩多町1-10-1
● 愛宕陽だまり 〒206-0041 多摩市愛宕3-2
● 新宿陽だまり 〒169-8526 新宿区大久保2-2-6 ラクアス東新宿 7F

保育所

ぱる★キッズ府中 〒183-0054 府中市幸町2-13-29
ぱる★キッズ足立 〒121-0011 足立区中央本町4-3-23 1F

関連施設

パルひろば辰巳 〒135-0053 江東区辰巳1-1-34 辰巳ビル2F
パルひろば足立 〒121-0011 足立区中央本町4-3-23 3F
パルひろば下馬 〒154-0002 世田谷区下馬4-13-6

パルシステム東京 公式SNS



X



Instagram



YouTube



LINE



WEB で見える
2026 TSUNAGU

