

もっと小美玉を語りたくなるマガジン



ダイヤモンド
シティ
小美玉
見つける。
みがく。
光をあてる。

2022年
September

9

広報
おみ
たま

第198号

contents

〔特集〕エシカル消費	2-9
子育てしやすいまち小美玉	10-11
わだい	13-15
TOPICS	16-17
4コマ小美玉暮らし	20

未来を選ぶお買い物

エシカル消費



未来を選ぶお買い物

もっと小美玉を語りたくなるマガジン

広報
おみたま
第198号

エシカル消費

今月の表紙



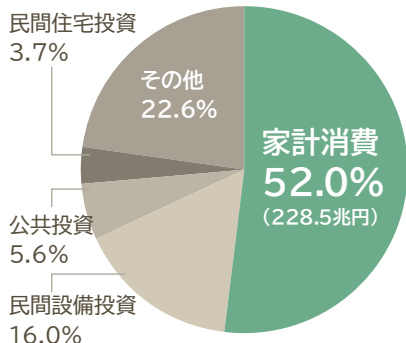
マイバッグを片手に地元のお店へ。そんな場面の撮影に着用したのは、古着のシャツです。「レトロな柄がかわいいですね」と、モデルの廣木さんも気に入った様子。古着には、環境にやさしいだけでなく、一点物の服との出会いという楽しみもあります。

私のお買い物で世界が変わるとしたら——？
近年、社会に浸透しつつあるSDGs。「一方で何をすればいいの？」という疑問もあるのでは。そこで今回は、買い物でSDGsに貢献できると注目されている「エシカル消費」をご紹介します。未来を選ぶお買い物で、気持ちのいい暮らしを始めてみませんか。

丁寧な手仕事で作られたフェアトレードの商品を購入。持ち帰りは、お気に入りのマイバッグで。

check! 実はすごい! 買い物の力

環境や貧困などの大きな問題に対して「自分が何をしても意味はない」と思う人もいるかもしれませんが。しかし、私たちの消費行動には、実は社会を動かす大きな力があります。2020年の家計消費の総額は約228.5兆円で、日本全体の半分以上。その一部でもエシカル消費に変われば、企業はよりエシカルな商品を作るようになり、課題の解決に近づきます。買い物は目指す未来を選び取ることができる、最も身近な社会参加です。



名目GDP(国内総生産)の内訳

出典: 令和3年版消費者白書(消費者庁)

モデル 廣木葵
カメラ 齋藤友幸
スタイリスト 坂本結希乃

衣装協力
無人古着屋 glows

撮影協力
菓子工房nagai
フレッシュマートまつだ
CAFE LUOMU
JA新ひたち野 産地直売所みのり
茨城空港
fair trade & select maimai



Q. エシカル消費って？

A. 人や社会、環境、地域などに配慮した「倫理的な消費」

「この商品を買うことで、社会にどんな影響があるか？」を考え、社会課題に取り組む事業者を応援する消費行動のこと。買い物やサービスの利用を通じて、世界が抱える課題を解決し、未来を変える力があります。



誰がどのように作っている？ 人・社会への配慮

素敵な服やおいしいコーヒーが、実は低賃金や児童労働で作られたものだったら？フェアトレード(公正な価格で取引された)商品や寄付付き商品の購入が、そのような問題の解決につながります。また、障がいのある人が作った商品を選ぶことも支援になります。



買い物で応援！ 地域への配慮



国産のものや自分が住む地域で作られた農産物・製品、被災地支援になる商品、伝統工芸品などを購入することで、食料自給率の向上、地域活性化、地域文化の継承につながり、地域の持続可能な発展に貢献できます。



図:生命保険文化センターウェブサイトより引用



地球にやさしい商品を買って 環境への配慮



地球温暖化の抑制や環境汚染の防止、森林や水産資源の保護などに役立つエコ商品を買ったり、使い捨てを減らしてモノを大切に使うことで、資源や自然環境を次の世代に残すことができます。



check! SDGs(持続可能な開発目標)との関係は？



SDGsは世界の国々が定めた、「世界中のみんなが健康で豊かに長生きできるように、世界を変える」ための17個の目標です。エシカル消費はSDGsを達成するための手段の1つ。目標12「つくる責任 つかう責任」と結びつきが強く、他の目標とも関わりがあります。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
広報おみたまSDGs特集で詳しく知る ▶



check! あなたのエシカル度は？



クイズでエシカル度チェック!

問題

賞味期限が過ぎてしまった食品は食べられない。

○か×か？

⇒答えは6ページへ

茨城県が実施するクイズに答えて、プレゼントキャンペーンに応募してみよう！
「エシカルいばらき」でエシカル度をチェックする ▶



STEP
01

やさしさを選ぶ

まずは買い物で、エシカル消費を取り入れてみましょう。「人・社会・環境・地域にやさしいか」が商品を選ぶポイントです。

カフェでホッと一息。
エシカルなコーヒーなら、
わたしにも地球にもやさしい。

茨城空港 スカイライトカフェ
「レインフォレスト・アライアンス認証」の
コーヒーを提供しています。

〒小美玉市与沢 1601-55
☎ 0299-37-2205
🕒 6:45 ~ 17:00



エコマーク

商品の一生(ライフサイクル全体)を考慮して環境保全に役立つ商品を認定する制度です。



国際フェアトレード認証ラベル

生産者への適正な価格の支払い、労働環境保護、農業使用規制、等の国際フェアトレード基準をクリアした製品には認証ラベルがついています。



レインフォレスト・アライアンス認証

森林や生態系の保護、農園の労働環境など、持続可能な農業のための基準を満たす農園の認証制度。



MSC「海のエコラベル」

水産資源を枯渇させないよう、漁獲量や漁法・量の時期、生態系などに配慮した漁業でとられた水産製品。



有機JAS農産物

農業や化学肥料などの化学物質に頼らないことを基本として自然界の力で生産された食品。



FSC®

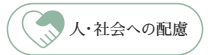
森林の環境や地域社会に配慮して作られた製品であることを示すマークです。

環境・社会にやさしい商品の見分け方

認証マーク



環境への配慮



人・社会への配慮

誰かの笑顔のために「ちょっといいこと」

買い物をするとき、エシカル消費の目印になるのが認証マークです。森や海の資源を守るもの、作る人の暮らしを守るものなど、種類がたくさんあります。環境を守り、みんなが暮らしやすい社会のためになる商品を買うことで、間接的に応援できます。せっかく買い物をするなら、誰かの笑顔につながる商品を選びませんか。

買い物は
身近な社会参加。
認証マークを目印に
まずは
手に取ってみて！

共通ロゴで見つけやすく！ コープサステナブル

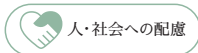
種類が増えている認証マーク。マークつきの商品を「見つけやすくしてほしい」という組合員の声から、コープの商品には共通のロゴマークが表示されるようになりました。学習会や店頭でのクイズラリーを通して、エシカル消費普及活動も行っています。

教えてくれた人
いばらきコープ生活協同組合
組合員理事

八百川 典子 さん



フェアトレード商品



人・社会への配慮



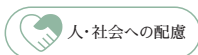
認証ラベル付き商品の購入を通して、現地の生産者の生活を改善しながら、自立を支援できます。

取材協力
fair trade&select maimai

■ 石岡市南台 2-10-4
📞 11:30～17:00 月曜定休



寄付付き商品

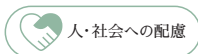


人・社会への配慮



売り上げの一部が発展途上国の支援として寄付される商品。チョコレートの「1チョコ for 1スマイル」など、スーパーで気軽に購入できる商品もあります。

障がい者支援商品



人・社会への配慮

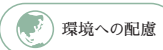
障がい者施設では日用品やお菓子などが作られており、購入することで支援になります。

取材協力
美野里ともいきプラザ

■ 小美玉市羽鳥 2673-3
📞 0299-28-7721
🕒 11:00～17:30 土曜・日曜・祝日定休



必要なものを必要な量で



環境への配慮

セール品のまとめ買いは一見お得な気がします。しかし、つい買い過ぎて使い切れなかったり、たくさんあるからと必要以上に使ってしまったらして無駄になってしまうことも。必要なものを必要な分だけ買うこと、「これって本当に必要？」と立ち止まり、買わない選択をすることも、エシカル消費です。

てまえどり



環境への配慮

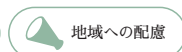


牛乳やパンなどすぐに食べるものを買うときは、陳列棚の手前にある商品から取る「てまえどり」を。生産された日付の順に買うことで、お店の食品ロス削減に貢献できます。

地産地消



環境への配慮



地域への配慮



地元で生産された農産物や製品を地元で消費することをいいます。輸送に必要なエネルギーが少なくなくて済むので、環境にやさしい買い方。地域産業の応援にもなります。

マイバッグ・簡易包装



環境への配慮

1度しか使われない「使い捨てプラスチック」を減らすことで、地球環境への負担を軽減できます。マイバッグを使う、必要ないスプーンやフォークはもらわない、包装が少ない商品を選ぶなど、できることから始めませんか。



買い物は地元の店で



地域への配慮

地元の食料品店や飲食店、洋品店などで買い物をすれば、自分が住む地域を元気づけ、応援できます。これからも住みよいまちを作っていくことにもつながります。



おいしくて、地球にも身体にもやさしい！ 自家製ソイベジバーガー



店主 飯田 緑さん

環境にたくさんの負荷がかかる肉を使わないバーガー。刻んだ大豆、野菜、アーモンドなどで作ったパテを、自家製野菜とともに全粒粉のパンズでサンド。おいしくて低カロリーです。

CAFE LUOMU (カフェ ルオム)

■ 小美玉市上吉影 744-61
📞 0299-52-1842
🕒 11:00～14:00 日・月・木曜定休

工場直売でお得に買える&食品ロス削減！ アウトレットクッキー



直売所 飯田弘美さん

量不足や割れがある商品は、工場協の直売所で販売することで食品ロスを削減。「お得に買える」と好評です。



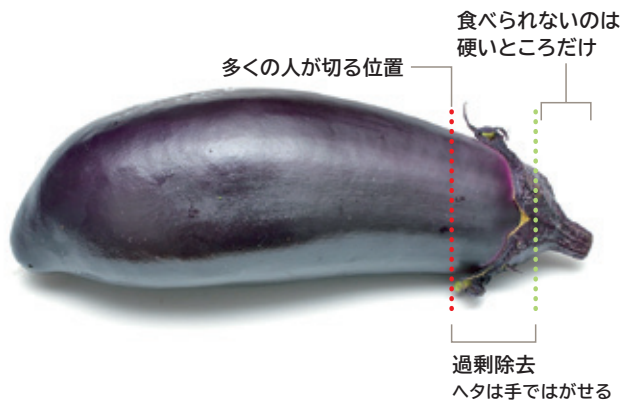
イトウ製菓株式会社 工場直売所

■ 小美玉市西郷地 1667
📞 0120-010-553
🕒 11:00～17:00 木・金曜のみ営業

食品ロス削減



食品ロスとは、本来なら食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことです。日本の1年間の食品ロスは、年間約600万トン(2018年度推計)。毎日、一人あたりご飯茶碗1杯分の食品を捨てている計算です。家庭では、食べ残し、賞味期限切れによる廃棄、皮のむき過ぎなどで発生します。食品ロス削減レシピ(消費者庁)などを参考に、無駄を出さない調理の工夫でおいしく食べ切りましょう。



冷凍庫を活用しています

食べることや料理が好きで、食事作りボランティアや「ふれあい大学」の料理クラブの講師などをしています。普段から、食べられるものを捨てずに済むように、野菜は新鮮なうちに小さく切って冷凍したり、煮物をたくさん作ったときはご近所におすわけしたりします。冷凍した具材は汁物や炒め物に便利なのでおすすめです。

食品ロス削減レシピ ▶ (消費者庁クックパッド)



エシカル度チェック答え合わせ
答え: X

賞味期限はおいしく食べられる期限。すぐに食べられなくなるわけではありません。



長ねぎの緑色の部分も食べられます。緑黄色野菜と同等の栄養価！

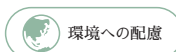


ボランティア小川 会長
加瀬 美代子 さん

買って来た食材や日用品を無駄なく使い切ることや、今あるものを大切に使うことで、環境への負荷を少なくできます。

大切に使う・長く使う

リユース・リメイク



着なくなった服や日用品は、すぐ捨てずに、リメイクや修理・補修をしてみても。新たに服を買うときに古着(リユース品)を選ぶことも、環境への配慮になります。

無人古着屋 glows

〒 水戸市泉町1丁目3-22
☎ 029-303-1010
🕒 11:00 ~ 18:00 不定休

古着の魅力を広めたい

流行りの服よりも、少し高くても長く着たいと思える服を選ぶようにしています。大好きな着物や古着を使ったりリメイク作品にも取り組んでいて、ファッションショーを通じてたくさんの方に古着の魅力を伝えたいです。



専門学校 文化デザイナー学院
ファッションビジネス学科2年
坂本 結希乃 さん

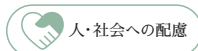


日本人の暮らしは「地球2.8個分」!?

WWFジャパン(※)が公表する「エコロジカル・フットプリント」は、「人々が生活で消費する食料や電力などの資源を生み出すのに、どのくらいの土地が必要か」を数値化したものです。それによると、日本人のような生活を世界中の人がした場合、地球2.8個分の自然資源が必要。世界平均でも地球1.7個分が必要で、すでに地球の限界を超えています(「環境と向き合うまちづくり」-エコロジカル・フットプリント2019-より)。エシカル消費は、新しく「商品を買う」ことだけではありません。今持っている物を修理して長く使うことや、電気や水、紙製品などの限りある資源を無駄遣いをしないことも含みます。できることから、まず始めてみるのが大切です。

※(公財)世界自然保護基金

フードバンクに寄付



買い過ぎたものやいただきものなど、「持て余している食品がある…」そんなときは、市内に2か所ある「きずなボックス」に食品を寄付してみませんか。寄付できるのは、常温保存できる未開封の食品で、賞味期限が2か月以上残っているもの。NPOフードバンク茨城を通して、生活困窮世帯や児童養護施設などに、食の支援として届けられます。



- きずなボックス設置場所
四季健康館
玉里保健福祉センター
- 特に必要とされている食品
缶詰／お米／レトルト食品／
インスタント麺／乾麺など



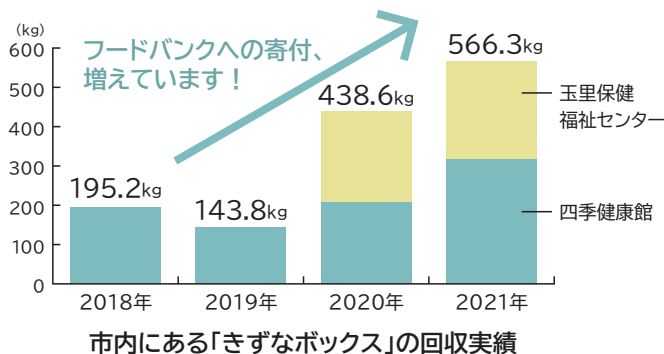
きずなボックス

寄付された食品を回収しています

新聞でフードバンクの活動を知り、「私も協力したい」ときずなボックス内の食品を回収するボランティアを始めました。子どもだけでも食べられるレトルト食品や主食、お菓子などが喜ばれます。困っている方の支援のため、今後も続けていきたいです。



NPO法人フードバンク茨城
ボランティア
福田 ゆかり さん



STEP 03

誰かに渡す・循環させる

持て余した食品や役目を終えた品物の処分方法も大切。喜んでくれる人に譲る、資源やエネルギーに再活用されるように分別するなどの配慮を。

最後はきちんと分別して 資源やエネルギーに



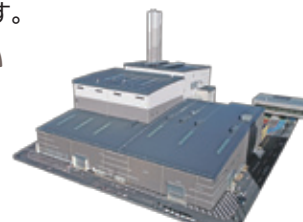
発泡トレイやプラ容器などは、リサイクル(再資源化)を。回収ボックスを設置しているスーパーも多いので、利用してみてもいい。ペットボトル、缶、古紙、木の枝などは、集積所に出すことで資源として活用されます。

燃えるごみで発電!

市内のごみはクリーンセンターに集められ、資源ごみはリサイクルに。燃えるごみは高性能な焼却炉で安全に燃やされ、焼却時の熱や蒸気で発電する「サーマルリサイクル」をして有効活用!センターの電力をまかなったり、電力会社に売ったりしています。

霞台クリーンセンターみらい

- 小美玉市高崎 1842-2
- ☎ 0299-26-0246
- ◎ ごみの搬入受付 8:30 ~ 16:30
月~土曜 (12/31 ~ 1/3 を除く)



参加特典

Aコース (20名)	Bコース (30名)	Cコース (50名)
おみたまヨーグルトセット	バウムクーヘンと焼菓子詰め合わせ	QUOカード 500円分

応募期限 10月31日(月)まで 消印有効

SDGsや地球温暖化防止などの地球にやさしい25個の行動にチャレンジして、ポイントを貯め応募すると抽選で景品が当たる市民参加型キャンペーン。地球にやさしい行動1個につき、1ポイントが貯まります。応募方法はホームページをご覧ください。

応募先・問い合わせ
小美玉市環境フェスティバル
実行委員会(環境課内)
☎0299-48-1111
(内線1141・1142)



詳しくはこちら

だから
わたしは、
これを選ぶ

わたしの一步

ethical and me

「こんなまちにしたい」「こういう社会にしていきたい」。それぞれが思い描く未来の社会と、そのための「わたしの一步」を聞きました。よりよい未来を作るための、あなたの一步は何ですか？



いばらきコープ生活協同組合 組合員理事
小島 正代 さん



小美玉市環境フェスティバル実行委員会
井坂 英二 さん



茨城大学4年
大金 咲由莉 さん



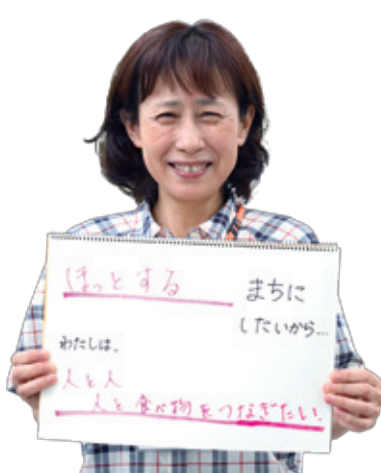
女優・モデル
廣木 葵 さん



えりか りのあ るきあ
赤津依梨可 さん 莉乃彩 さん 瑠紀吾 さん



タウンジャーナル小美玉
齋藤 友幸 さん



NPO法人フードバンク茨城 ボランティア
福田 ゆかり さん



専門学校 文化デザイナー学院 2年
坂本 結希乃 さん



Interview | インタビュー

好きなものを大切に使う。

気持ちのいい暮らし、始めてみませんか。

エシカル消費とは？

エシカル消費は、「倫理的な消費」と訳されます。簡単に言うと「人や環境にやさしい消費」。やさしさが思いやりを持って、人や環境に負担が少ない商品を選び、長く使ったり無駄なく使ったりすることです。SDGsの目標12「つくる責任 つかう責任」の達成に直結する具体的な消費行動であり、貧困や教育、気候変動などSDGsの他のさまざまな目標にも波及効果があります。

なぜ今、注目されているの？

世界は今、地球温暖化や平和の問題など、さまざまな問題を抱えています。すべての人の生活を改善し、地球環境の悪化を食い止めるために重要なのは、社会を作ってい

る私たち一人ひとりの行動です。一人の1000歩より、10000人の一歩のほうが未来は良くなりま

「安い物」の意味を考えよう

買物をするとき、日本では「価格の安さ」を重視する傾向があります。しかし、フィンランドの消費者は「安い物」を見かけると店側に「なぜこんなに安いのか」と聞く人が多いそうです。「安い物」には必ず理由があると知っているからです。

もし不当に安い賃金や環境に負荷をかけることでコストを抑えている商品だったら、それを買うことで回りまわって自分たちにしっぺ返し

のようなもの。人や環境、地域にやさしい商品を買うことで、自分を含めたその商品に関わる人々の暮らしが持続可能になっていきます。

買わないことも消費行動

子育て世代は忙しかったり、子どもにお金がかかったりと、「エシカル消費をする余裕がない」という方もいるかもしれません。でも、「単価が安いから」とつい大袋の商品を購入し、食べ切れずに処分した経験はありませんか？ 実は、少し割高でも必要なものだけを買ったり、長く使えるものを大事に使ったり、ときには「買わない」選択をしたりすることは、長い目で見ればお金の節約につながって経済的です。何より、大量消費・大量廃棄は疲れてしまうもの。好きなものを大切に使う暮らしは、気持ちのいいものですよ。



茨城大学 教育学部 准教授
石島 恵美子 さん

「台所から地球を救う」ことを信念に、食品ロス学習プログラムの開発、市民講座・子どもや教員に向けた講演活動を展開中。調理研究ゼミでは、学生とともに地域課題解決のプロジェクトに取り組んでいる。