

知っていますか？エシカル消費

「エシカル消費」とは、環境に良いものやサービスを選択したり、適正な価格のものやサービスを選択したりといった、地域の活性化や雇用なども含む、環境や人、社会に配慮した消費行動のことを表します。「エシカル」は、「倫理的な」という意味です。

今回は、エシカル消費の中でも、環境への配慮、食品ロスを減らすことについて考えましょう。

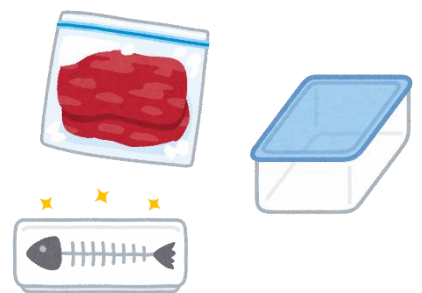
日本では、食べられるのに捨てられる食品、いわゆる「食品ロス」が年間600万トン以上発生しています。これは、国民1人当たりで換算すると、毎日ご飯茶碗1杯分を捨てていることになります。食品ロスの約半分は、家庭から発生しています。



食品ロスを減らしましょう

※ご家庭編

- 1.適切に保存する
 - ・食品に記載された保存方法に従って保存する
 - ・野菜は、冷凍・茹でるなどの下処理をして、ストックする
- 2.食材を上手に使いきる
 - ・残っている食材から使う
 - ・作りすぎて残った料理は、リメイクレシピなどで工夫する
- 3.食べきれぬ量を作る
 - ・体調や健康、家庭の予定も配慮する



※お買い物編

- 1.買物前に、食材をチェック
 - ・メモ書きや携帯・スマホで撮影し、買物時の参考にする
- 2.必要な分だけ買う
 - ・まとめ買いを避け、必要な分だけ買って、食べきる
- 3.期限表示を知って、賢く買う
 - ・すぐ使う食品は、棚の手前から取る



食品ロスを減らすことは、SDGsに設定されている17の目標のうち、目標12「つくる責任 つかう責任」において、「持続可能な生産・消費形態の確保」の取り組みのひとつです。

一人ひとりが「もったいない」という気持ちで、食品ロスを減らしていきましょう！