



毎日でも食品ロスを減らすには

食品ロスについて分かったこと

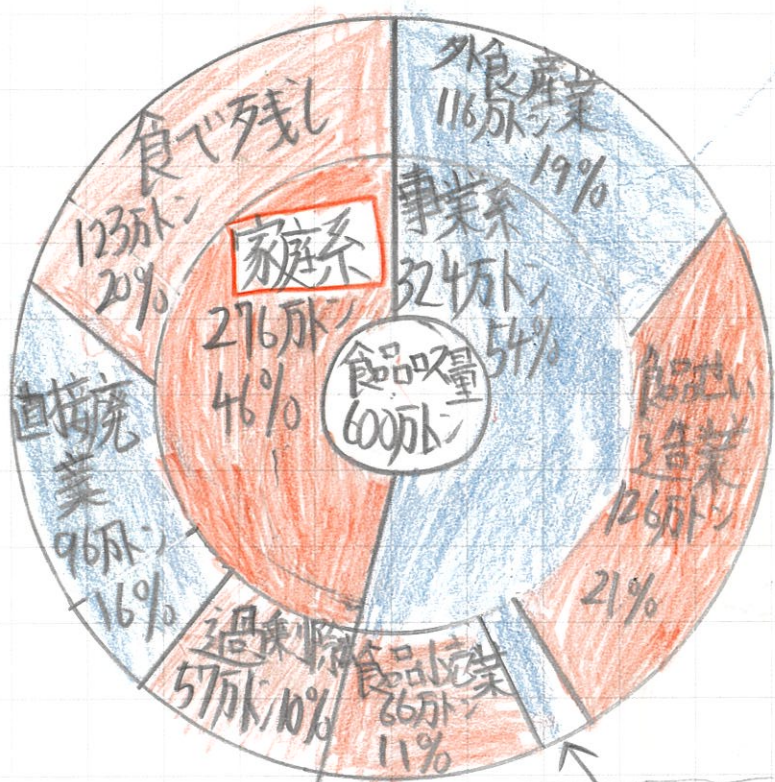
食品ロスとは、本来食べれるのに捨てられてしまう食品のこと。食べ物を捨てることはもったいないことで、環境にも悪いえいきょうを与えてしまうということ。

国民1人当たり食品ロス量

1日約102g
年間約37kg

日本の「食品ロス量」

事業系約31万トン 家庭系約44万トン 家約233万トン



減らす方法

食品ロスを減らすためには家で食品ロスが出ないようにするだけでなく、食べ物を買うお店、食べるお店でも食品ロスを減らすことを意識することが大切。みんなのちょっとした行動が食品ロスを減らすことができる。

自分は食品ロスを減らすために、食べ残しにしないように意識して食べるようにしている。

まとめ

まとめると、食品ロスとは、食べれるのに捨てたり、食べ物を捨てることで環境にも悪いえいきょうをおこしてしまふこと。食品ロスを減らすためには、家で食べ残しを出ないようにするだけでなく、食べ物を買うお店や食べるお店でも食品ロスを減らすことができる。

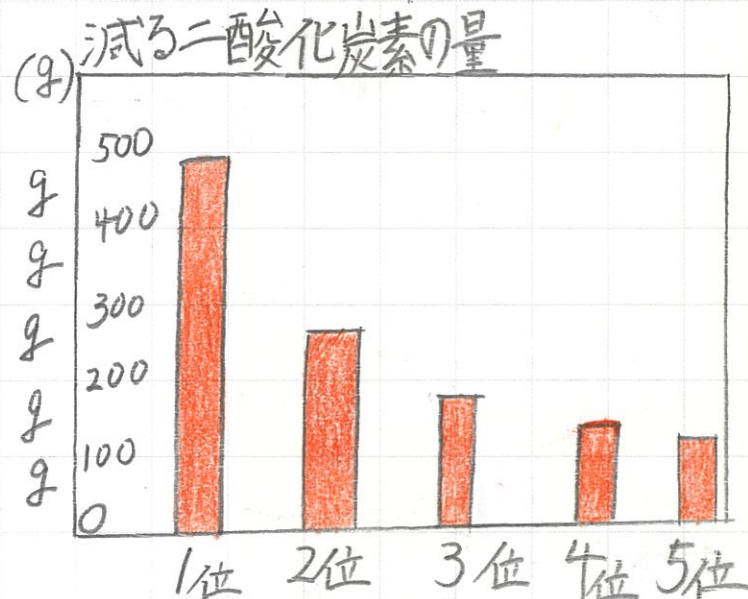
みんなのちょっとした行動で食品ロスを減らすことができる。



エコチャレンジのランキング👑

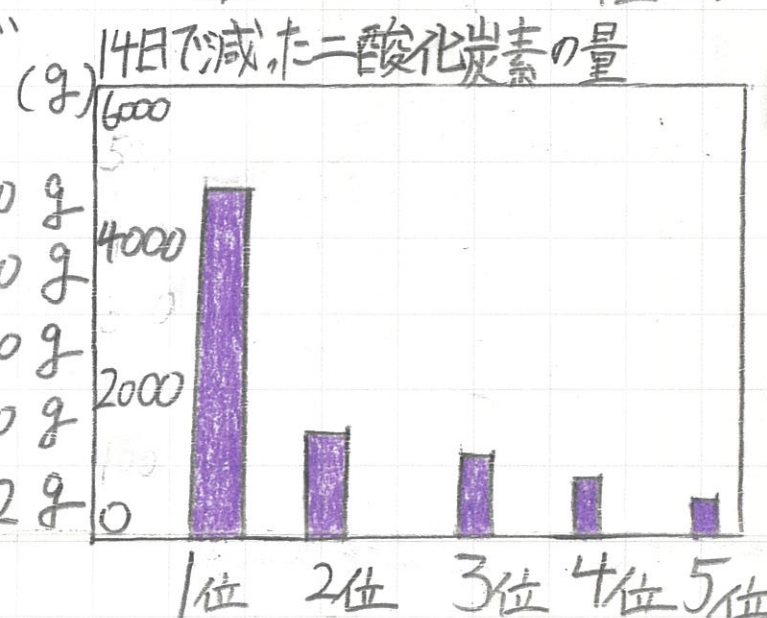
エコチャレンジの取り組みをいろいろなランキングにしました。
1日で減る二酸化炭素の量ランキング

1位	12、自動車を使わず歩く	476g
2位	11、冷房の設定温度を控えめに	243g
3位	13、宅配便を1回自分で受ける	180g
4位	7、マイボトルを利用する	105g
5位	9、旬な野菜や果物を食べる	102g



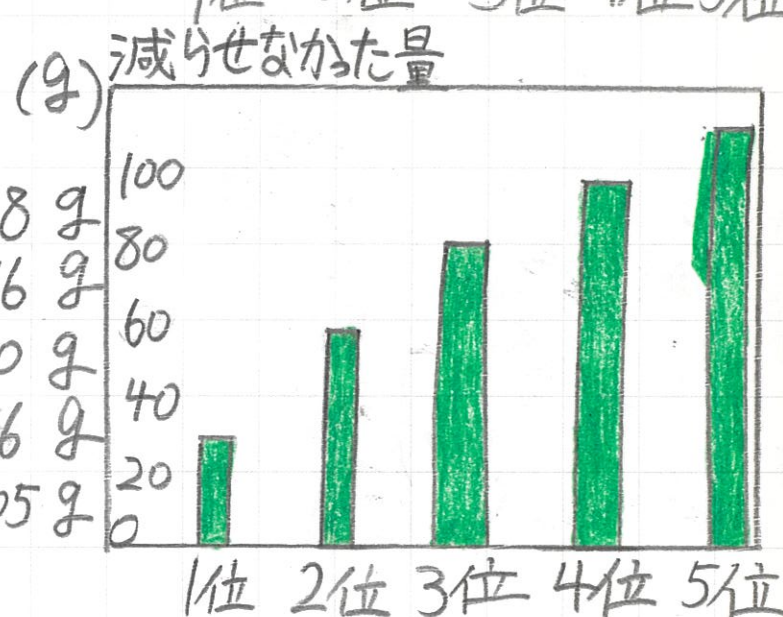
14日で減った二酸化炭素の量ランキング

1位	12、自動車を使わず歩く	4760g
2位	3、シャワーをこまめに止める	1330g
3位	9、旬な野菜を食べる	1020g
4位	5、洗濯の回数を減らす	910g
5位	8、マイバッグを使う	322g



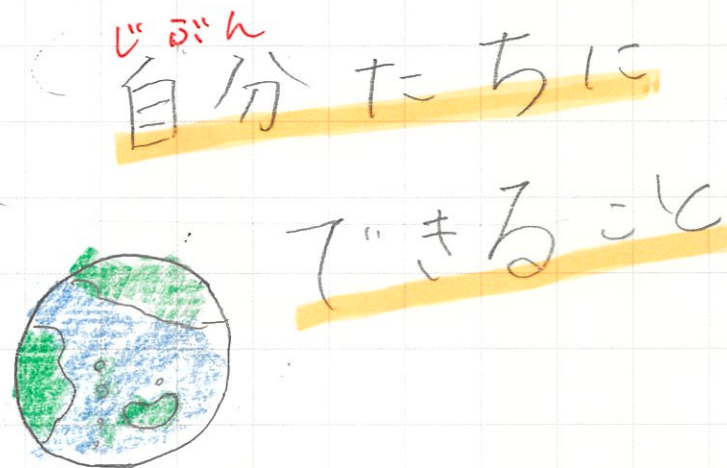
減りせなかったランキング

1位	4、手洗いの水をこまめに止める	28g
2位	2、照明を使う時間を減らす	56g
3位	10、食べ残しをせずに食べる	80g
4位	6、袋に入っていない野菜を食べる	96g
5位	7、マイボトルを利用する	105g



まとめ

毎日取り組んでいてもあまり二酸化炭素はあまり減らなくて毎日
はしていなくてもたくさん減らせる取り組みがあることが分
かりました。ランキングをグラフにすることでどれだけちが
いがあるのか分かりました。14日間毎日取り組めたチャレンジと
たまにしか取り組めないチャレンジがあつたので、たまにしか
取り組めないチャレンジが毎日取り組めるようになりたいです。



Q SDGsとは?

SDGsは、世界を良くするために世界の国々が決めた約束ごと。
国の政治家がやってくれると考えると、私たちひとりひとりの行動も大事!

Q SDGsを学ぶとどんな良いことがある?

世界的な視野をもちながら、自分の身近で何かができるかを考えられるようになる。

そういう人が未来に担えるような、しっかりとしたビジネスパターンになっていける!!

17つの目標

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1 貧困をなくそう | 10 人や国の不平等をなくそう |
| 2 飢餓をゼロに | 11 住み続けられるまちづくりを |
| 3 すべての人に健康と福祉を | 12 つくる責任 つかう責任 |
| 4 質の高い教育をみんなに | 13 気候変動に具体的な対策を |
| 5 ジェンダー平等を実現しよう | 14 海の豊かさを守ろう |
| 6 安全な水とトイレを世界中に | 15 陸の豊かさを守ろう |
| 7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに | 16 平和と公正をすべての人に |
| 8 働きがいも経済成長も | 17 パートナリシップで目標を達成しよう |
| 9 産業と技術革新の基盤をつくろう | |



豆知識 ボランティアが協力するどんぐり銀行

お金の代わりにどんぐりを貯めて、豊かな自然をつくるお手伝いができるのが

どんぐり銀行。香川県が主体となって、

ボランティアのみなさんに協力してもらいながら

運営をしている。森林や公園などで拾った

どんぐりを、窓口や臨時店で預け入れやすくと通帳がもらえる。集まったどんぐりは払い戻し用の苗木として育てられたり、探検が行われた所や山火事があった所に緑化に役立てられたりしている。種まき後10年以上たつと5~6mの高さになって下木な緑になる!!



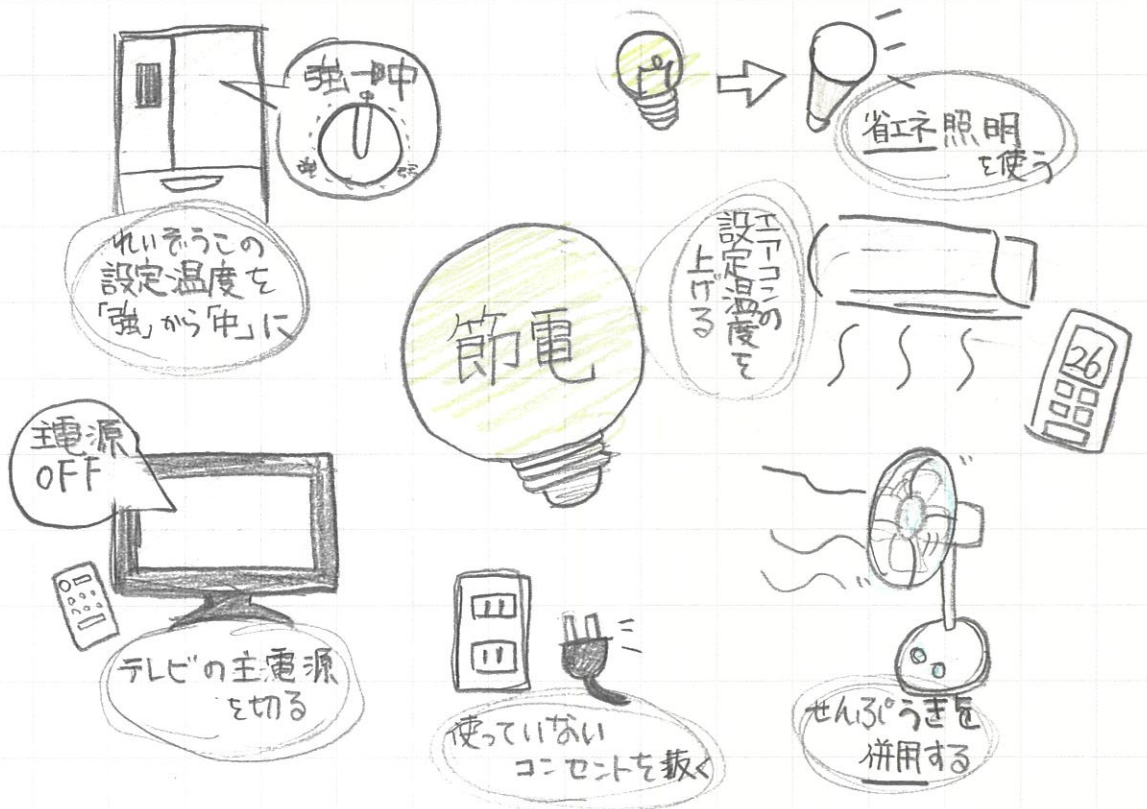
みんなで節電活動!!

節電

する理由

- CO₂削減による地球温暖化の抑制や、資源の枯渇を防ぐことができる。

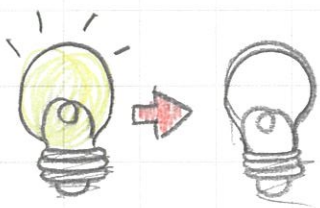
※ CO₂=二酸化炭素
抑制=抑えこめること
枯渇=使い果たしてしまうこと



※ 省エネ = 省エネルギー
併用 = あわせて使う

節電活動

- テレビを見ない時は電源を切る。
- 使わない部屋の電気を切る。
- 行かない部屋のエアコンを切る。
- 洗濯物をまとめて洗う。
- れいそうこの扉を開けている時間を短くする。



入るCO₂の量

- < 1日1時間テレビを見る時間を減らすと、年間で約13kgのCO₂が減る。
- < 年間約7kgのCO₂が減る。
- < 冷房時、設定温度を1℃高くするだけで、年間で約7.8kgのCO₂が減る。
- < 年間で約2.9kgのCO₂が減る。
- < 20秒→10秒で、年間約3kgのCO₂が減る。

節電・CO₂マーク



まとめ

節電をすることでCO₂が減り、地球温暖化を抑制することができる。
そして、
たくさんの人が取り組むことで、電力不足の解消もすることができる。



エコワッキング

わたしは、市販のおやつと手作りするおやつで、ゴミの量の差がどれだけちがうのかを調べてみました。

市販の
ゴミの量
クッキー、箱、個包装の袋 = 約25g
プリン、外袋、容器3つ、ふた = 約18g
雪見だいふく、外袋、トレーパック = 約10g



手作りの
ゴミの量
クッキー、材料をいれた袋 = 約3g
プリン、卵のからこ = 約12g
甘酒アイス、甘酒パック1つ = 約5g



ゴミの量

市販のおかし

↓
ゴミの量
の差
クッキー 25g
プリン 18g
アイス 10g
} 53g

手作りおかし

↓
クッキー 3g
プリン 12g
アイス 5g
} 20g

差 33g

33gゴミ量がちがう

感じたこと

おやつはおやつでも買うか作るかで、ぜんぜんゴミの量がちがうことがわかりました。買うか作るかのちがいで、33gもゴミをへらせることが分かったので、時間があるときは、手作りしようと思います。それがエコにつながると思います。



ごみをへらすくふう 3R

(リサイクル・リユース・リデュース)

ごみを減らし、資源を守る、そのためのくふう。

★ 私のした取り組み

・ 生ごみの量を減らす

焼却に必要な燃料や、その資源を節約することができた。

・ ペットボトルを使わず、マイボトルを利用

焼却に必要な燃料やその資源を節約することができた。

ペットボトルを使った時は、リサイクルをした。

・ マイバック(エコバック)を使用

レジでもらうレジ袋は、家にもって帰ると、ごみとして捨てられることが多く、ごみの量をふやすことにつながるから。

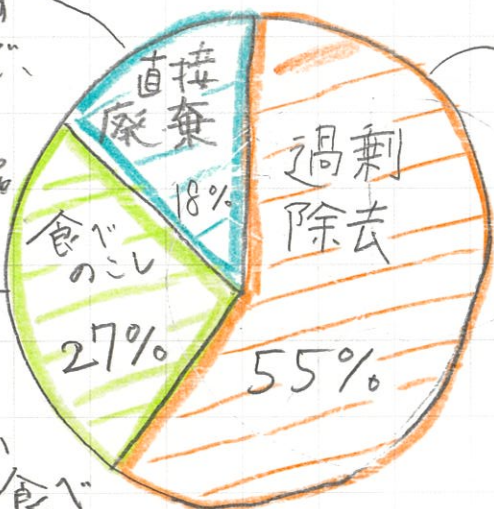
この取り組みは **リデュース** だよ!

食べられる物が捨てられる

家庭からの食品ロスの割合

消費期限や賞味期限をこえた、買すぎたなどで、食べずにおられた食品

つくりすぎ、食べ物の好き嫌いなどで、食べのこしたもの



まず捨てたものど食べられる部分までとりのぞ野菜や果物の皮を厚く下など

(平成 26 年度)

5 日間の記録

続けることが出来るよ

1/1/	1 日	2 日	3 日	4 日	5 日
食べ物	○	○	○	○	○
ペットボトル	○	○	○	○	○
紙皿	○	○	○	○	○
わりばし	○	○	○	○	○
せんざい	○	○	○	○	○
シヤブー	○	○	○	○	○
のようき	○	○	○	○	○

(まとめ)

ごみを減らしたり、食品ロスを減らしたりすることは、だれでもできることなので、みんながこれを続けられれば、地球温暖化をふせぐことができる!!



エコチャレンジ

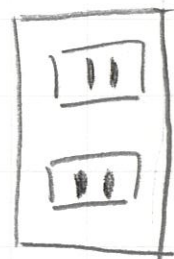
・二酸化炭素を減らすには ・節水をする!

- ・手をあらうときに水を止める。
- ・シャワーをこまめに止める。
- ・食器や野菜は「ため洗い」をする。
- ・お風呂の残り湯を再利用する。
- ・洗濯はまとめて行う。
- ・はみがきはコップを使う。



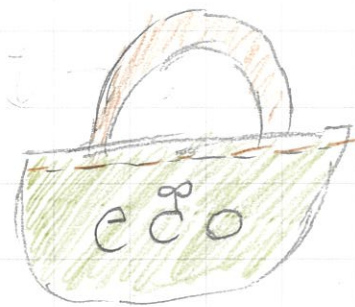
・節電をする!

- ・電気をこまめに消す。
- ・エアコンの使い方を工夫する。
- ・家族で節電を意識する。
- ・水を大切に使う。
- ・物を大切に使う。
- ・使わないときはコンセントをぬく。



・エコバック

- ・エコバックのいいところはくりかえしつかえるところです。
- ・レジ袋が海洋に流出してしまうところがあるのでエコバックをつかえばくりかえしつかえるし地球にもやさしいです。



まとめ

水・電気の節約だけでもこんなにできることがあるんだなと思いました。テレビの時間をへうしたりまとめをたくさんするなど自分達だけでもできるものがあるのをしりました。



エコバックをもって、
買いものにいこう!



＜エコバックの目的＞

- ①レジ袋くもを作る時の
ニさんがたんそはい出の
さくげん
- ②海洋プラスチックゴミの
さくげん

＜よいこと＞

- ・くり返し使えるので、
SDGsにこうげんできる。
- ・レジ袋くも代も節約できる。
- ・自分の気に入ったデザインの
バックで楽しめる。

＜わるいこと＞

- ・買い物の度にもっていかない
といけなないのでめんどう
- ・バックがかさばり荷物になる。
- ・バックも清けっにためたため
手いれがいる。



廃油を再利用する



廃油とは?

天ぷらなどで使う油。
油は、使用後、役に立
たなくな、たら廃油と
よばれます。廃油は1
Lあたりで、約2kg
のCO₂を排出します。

「廃油で
キャンドルを作る」



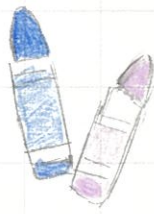
- キャンドルを作るのに、いるもの
- ・サラダ油などの油・油処理剤(固めるタイプ)
 - ・ガラスびん(耐熱)、わりばし、たこ糸

どうく

- ・油を温めるもの(なべなど)・ハサミ
- ・カッター・コーヒーフィルターなどの油をこすもの



色をつけたときは...クレヨン
香りをつけたときは...エッセンシャルオイル



キャンドルの作り方

1

芯をつくる

たこ糸を容器の底まで
届く長さに切り、わりばしはさみ。

2

油をきれいにする

はいちのあげかすを
コーヒーフィルターなどで
こしてとりのぞく。

3

色をひく

好きな色のクレヨンを
けすって、紙コップなど、
つくりたい容器に入れる。

④へ...

4

油処理剤をしかす

はいちをフライパンなどに
入れ、油処理剤を入れて
火にかけ、しかす。

5

クレヨンをしかす

③を②に入れ、
よくまぜ、クレヨンをしかす。

6

芯をセットする

①を容器の口へおせ、
ひやし、固める。

固まったら、芯を少
しにしてカットする
と完成

アレンジ例

香りをつける... ⑤のときに、少しさまでから、エッセンシャルオイルを入れる。
いろいろな色に... 少量ずつ作り、固まったら、次を入れる。

シリコンカップで作ると、かわいい形の
キャンドルが作れます。

