



市高津市民館には、川崎市地球温暖化防止活動センター( CCかわさき交流コーナー)があるよ！  
ノクティ2 11階に環境に取り組んでいる活動を紹介しているスペースがあるから、お買い物帰りに遊びに来てね！



【エコちゃんず】

川崎市 地球温暖化防止活動推進センター  
CCかわさき交流コーナー

講座募集

貸出

川崎市地球温暖化防止活動推進センターは「CCかわさき交流コーナー」を拠点に、家庭における地球温暖化対策に関する展示、講座の開催、相談・アドバイスなど様々な事業を行っています。

アドバイス COOL CHOICE かしこい選択 展示・イベント

1°Cの温度上昇 極端な気候変化 40%の削減目標

▼ 開設時間 休館日 ▼  
開設時間：10時～17時 休館日：月曜日、火曜日、年末年始



# ごみゼロカフェNews

平成29年度第3号

平成29年度第3回ごみゼロカフェ

## 「食品ロス」を考えよう

～環境の未来は、あなたのキッチンからつくる～

講師：上岡 美保氏

(東京農業大学国際食料情報学部教授・「食と農」の博物館副館長)



開催日時 平成30年2月18日(日) 13時30分～16時30分

ワークショップ：高津市民館第4会議室

参加者 29名

### 「どう減らす？食品ロス」をテーマに話しあってみました！

川崎市では、様々な市民がごみの減量化・資源化の推進について意見交換をし、新たな取組手法などについてアイデアを出し合うことを目的に「ごみゼロカフェ」を開催しています。

平成29年度第3回目は、まだ食べられるのに捨てられている食品(食品ロス)を削減していくために家庭で何をすればよいのか、ワークショップで考えてみました。



上岡先生から「実は、私たちが、いつも当たり前前に食べている食生活が危ない！」という話や、「食品廃棄の実態」、「食品ロスが出すのは何故いけないか」について興味深いお話を聞いたんだよ。



【かわるん】

【上岡美保氏】

父の影響で農業、地域活性化について興味を持ち、東京農業大学に入学。2001年農学研究科農業経済学専攻博士後期課程を修了。2016年食料環境経済学科教授に就任。世代ごとの食料消費構造の変化、食農教育(食育)の効果、地産地消の在り方など、“食”と“農”に関する調査・研究を重ねている。



【主な著書・共著】

『食生活と食育－農と環境へのアプローチ』(単著/農林統計出版)

『スーパーの生鮮食品がお店に並ぶまで図鑑』(共著/自由国民社)

など。



<「ごみゼロカフェ」とは・・・>

ごみの減量化・資源化に係る市民参加を推進するため、さまざまな年代の市民や事業者など多様な主体がごみ減量について意見交換する場です。カフェのようにお茶を飲んでくつろぎながら小グループで意見交換をし、アイデアを出していきます。開催結果は「ごみゼロカフェNews」にまとめて広報するとともに、市のごみ減量施策に反映していきます。

食品ロス削減  
啓発のために…  
そこで一句

みなさんが  
考えてくれた川柳  
ぐっときます！



- 海外依存 減らして明るい日本の農業
- 食品ロス 輸入減らして腹八分目
- 缶詰は 膨れてなければ 食べられる
- パンなどで 育てて食べて コンポスト
- 今日のおかず 残さず食べて 捨てるものなし
- 値引き品 財布に優しい 地球にも
- ダイエット 私の体と冷蔵庫
- 断捨離を 冷蔵庫でも やってみよう
- 余りもの 合わせて作る 極上メニュー
- 買物に いく前に乗る 体重計
- 育てよう フレンジイカと 調理力
- 贅肉は、環境配慮の結果だよ
- 捨てないで もったいないを あいことば

ごみゼロカフェでは来年度も新しいテーマで開催していきます。  
皆様のお越しをお待ちしております！

■ お問い合わせ 川崎市環境局生活環境部減量推進課 E-mail: 30genryo@city.kawasaki.jp  
TEL: 044-200-2605 FAX: 044-200-3923  
ごみゼロカフェに対する意見をお寄せください！お待ちしております！ 発行：ごみゼロカフェ運営委員会 平成30年2月



先生のお話を聞いて、「私たちが意識を変えれば社会が変わる可能性がある」  
ってあらためて思ったんだ！

## 講演 「食品ロス問題について」

講師：上岡 美保 氏



講演  
「もったいない」  
を日本から世界へ



食品ロスは  
なぜ出る？  
なぜいけない？

なぜ未使用食品を捨てる？

- ・鮮度が落ちた
- ・消費期限・賞味期限が切れた

なぜ料理を捨てる？

- ・作りすぎ・失敗・食べない家族

なぜ食品ロスはいけないの？

- ・世界の中に飢餓と飲食
- ・人口増加、温暖化で食料不足
- ・食料安全保障
- ・地球環境への影響
- ・健康、農業、環境などの問題

当たり前の  
食生活とは

- ・当たり前の食生活が危ない？  
家庭⇒ 肉食  
地域⇒ 地産地消  
日本⇒ 国産国消
- ・食料自給率は38%

食の外部化  
洋風化  
失われる地域の食文化  
昭和40年以前は70%

海外に依存する  
豊かな食生活

- ・海外に依存している農地や食料  
日本の食料を生産するために海外で多くの水が使われている  
(例) 牛肉1kgに20トンの水
- ・バーチャルウォーター
- ・なぜ自給率は低下？  
食生活の変化・日本農業の縮小(温暖化の影響)
- ・食料輸入による環境負荷  
フードマイレージ・大量のエネルギー使用
- ・自給率をあげるために私たちができること  
食品ロスを減らそう！・地産地消を使用しよう！

食品廃棄の実態

- ・日本の食品廃棄物 1,661万トン⇒輸入の3分の1 米生産量の2倍
- ・食品ロス 事業系：339万トン・家庭系 282万トン(野菜の皮の厚剥き、食べ残し)
- ・家庭の食品ごみの約4割は手付かず
- ・世界の家庭の食生活  
ケニア 1日 800kcal  
イギリスのある人 1日 12,300kcal  
アメリカのダイエットをしている人 1日 1,700kcal
- ・世界の食料生産量の3分の1 約13億トンが毎年廃棄
- ・国連の食料援助量320万トン (日本の食品ロス：621万トン)  
(先進国：多⇔途上国：少)

なぜ食品ロスが起こるのか？

- ・生産者と消費者の距離・国内農業の縮小
- ・「食」と「農」がかけ離れている
- ・食品企業による見直しも  
～サプライチェーン(予測ミス 納品期限)～  
～多店舗経営  
～提供する側・消費する側 双方の意識改革を～
- ・「安全の情報」は何よりもおいしい  
(五感が鈍くなっている)  
(命がけの判断が不要) 味覚
- ・「情報」を消費者が選択した結果



正しく理解しよう  
「消費期限」  
「賞味期限」

食品流通の3分の1ルール  
返品は1000億円

製造 納品 販売 期限賞味

もったいないね～



食品ロスは消費者ニースから生まれた

私たちが意識を変えれば社会が変わる可能性がある！

お年寄りや一人暮らしや家族世帯など、  
それぞれの生活スタイルの中で  
「食品ロスを出さない」  
という意識が必要ですね。

食品ロスをなくそうという取組は、  
一人ひとりのちょっとした行動なので、  
「地球環境」や「自給率が低い」等、  
たまに考えながら「一歩ずつ足元から行動しよう」  
と自分に言い聞かせています。

先生、わかりやすい話をありがとうございました。

先生から  
一言



5つのテーブルに分かれてみんなで話し合っ、「川柳」を考えてみたんだ！

## ワークショップ ～「食品ロス」を考えよう！～

「先生のお話を聞いて感じたこと」

- ・食料自給率の問題で、食品廃棄を減らすことに重要性があることを知らなかった
- ・スーパーに行く時は、安売りのチラシに乗せられない様にしよう
- ・食育の重要性や家庭の無駄を周りに知らせることが大事だとわかった
- ・地産地消を意識することが大事だと思った
- ・子ども達の食べられるものを判断する「五感」の能力が心配
- ・『食品ロス』を考えるには、働き方、生き方も考えなくてはと思った

上岡美保先生の  
お話を聞いて

食品ロスを減らすために、  
「している工夫」「やりたい工夫」

ワークショップ



「どう減らす？  
食品ロス」

「している工夫」

- ・生ごみを堆肥にするための工夫・水切りを良くする・必要ない物は買わない
- ・五感をフルに生かし自己責任で食べられるものを判断し食べる様にしている
- ・スーパーの棚のものはできるだけ手前から取って買う
- ・野菜は、なるべく直売所のものを買う・もう一度生えてくるものは育てる

「やりたい工夫」

- ・冷蔵庫の中の食品を「見える化」して使い切ること、無駄に買わないようにしよう
- ・期限切れのものを寄付したり、カレンダーに記録して消化しよう
- ・「食べきる」こと、「余った野菜を有効利用する」ことを実践しよう
- ・「関心がない方」には、町内会の防災訓練等を通して、保存食に関心を持ってもらう
- ・マスメディアやSNSを通じて発信し、全く関心がない人に目に留めてもらうようにしてみる
- ・賞味期限・消費期限を十分理解し、情報に惑わされず無駄を省くようにしよう
- ・安売りチラシを見ない。安いからといって不要なものを買わないようにしよう
- ・ごみにしてしまう前にすべきことをもっと知りたい
- ・忘れないため、手前に日付が見える様にしまい方を工夫しよう
- ・ドギーバッグを持ち歩き、飲食店での食べ残しを持ち帰れるお店を増やしたい

発表



まとめ



情報に惑わされない「意識」を持つ



「伝える」・「広める」ことの重要性



買い物・リメイク(調理)・しまい方の「工夫」



<昨年度のごみゼロカフェを受けて>

昨年度のごみゼロカフェの、「さらにテーマを深めて」という意見を受け、「食品ロス」に  
スポットを当て、開催しました。