

エシカル消費ハンドブック

HANDBOOK

～お買い物で未来を変える思いやりのある暮らし～



相楽消費生活センター
のキャラクター
がま口山



泣き寝入りは
超いやや!

消費者庁 消費者ホットライン188
イメージキャラクター **イヤヤン**

消費者ホットライン

いやや
☎188

消費生活センター等の消費生活に関する身近な相談窓口を
ご案内する全国共通の電話番号です。(通話料有料)

消費生活で迷ったり、
困ったときは、
お気軽にご相談ください！

どうしよう

困ったな…



コピーして
遊んでね!



キリトリせん

オリセン



キリトリせん

オリセン

相談すれば
相楽になる

相楽消費生活センター

☎(0774)72-9955 FAX (0774) 72-9933

- 相談日 / 月曜日～金曜日(祝、休日、年末年始を除く)
- 相談時間 / 午前9時から正午、午後1時から4時
- 所在地 / 木津川市木津上戸15番地 相楽会館内

発行：相楽郡広域事務組合 ☎(0774)72-0421 令和2年10月

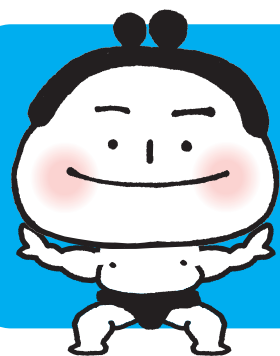


年 組

氏名

イラスト / デザイン：ZUN DESIGN 上西 由香

相楽消費生活センター



はじめに

エシカル消費をはじめよう！

2020年に入って新型コロナウイルス感染症が世界的に流行し、マスクや消毒液などが不足するという事態が起きました。日本でも外出自粛要請や緊急事態宣言、3密の回避や新しい生活様式の推奨などに日常生活も大きく変化しつつあります。そのような中、とくにその反動として「消耗品を大事に使う」「社会状況に応じて消費行動を選ぶ」「廃棄するものを増やさない」といった、人や社会・環境・地域に配慮した消費行動としての「エシカル消費」が以前よりも大きく注目されています。これからは、特にエシカルな行動をどれだけ持続的に維持することができるかが重要になってくるでしょう。私たちの消費行動は社会を動かす力・未来を変える力を持っています。エシカル消費に「これが正しい」というものはありません。一人ひとりのライフスタイルにあわせて、身近にある簡単にできることや興味のあることから始めてみませんか。そのためにもエシカル消費について皆さんと、どんなことができるのかを考えてみましょう。

相楽消費生活センターのキャラクター がま口山 プロフィール

がま口山は「相談すれば楽になる」がキャッチフレーズの相楽消費生活センターのキャラクターです。顔はがま口財布で、中には大切なお金が入っています。いつも消費生活のトラブルや相談を親身になって解決する相談員でもあり、相楽地域の皆さんに消費生活に関する正しい知識を広めるために頑張っています。

消費生活で迷ったり困った時は
**相談すれば
楽になる**

たんじょう日
2010年3月1日

出身地
京都府木津川市

しゅみ
ウクレレを少々…

好きな食べ物
塩ちゃんこ
芋けんぴ

血液型
O型

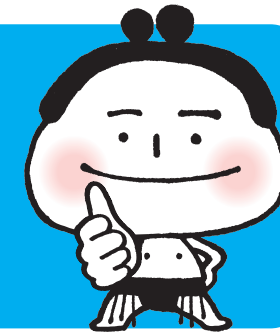
チャームポイント
赤ちゃんのような
もち肌

性格
気は優しく
力持ち

得意技
待った無し!
押し出し

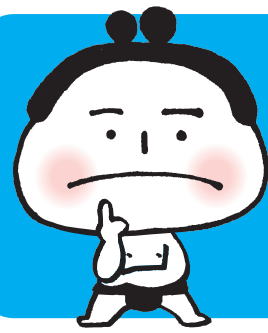


もくじ



- No.1 エシカル消費って? P3~5
あなたは、何を基準に商品やサービスを選んでいますか?
「エシカル (ethical)」とは、「倫理的・道徳的」という意味です
知っていますか?あなたが買った商品の裏側?
- No.2 なぜ、今エシカル消費? P6~8
「エシカル消費」でどんなことが応援できるのでしょうか
- No.3 買い物はお金の投票です P9
- No.4 世界の未来を変えるのは、あなたの日々の消費です P10
「エシカル消費」とは、何を買うか考えるときの一つの尺度です
- No.5 私たち消費者一人ひとりが世界を変える! P11~12
みんなで作ろう 消費者市民社会
- No.6 エシカル消費実践のヒント P13~16
レジ袋有料化をきっかけにライフスタイルを見直しましょう
日々の暮らしで
お買い物の参考に! 認証ラベルやマークの例
- No.7 エシカル消費とSDGs P17
なぜ、今エシカル消費とSDGsが注目されているのですか
- No.8 SDGsって? P18
SDGs「持続可能な開発目標」とは?
- 裏表紙 困ったときは消費生活センターに相談しましょう!





No.1 エシカル消費って？

? e t h i c a l ?



あなたは何を基準に商品やサービスを選んでいますか？

安いから、おいしいから、デザインがいいから、
テレビCMで見たから、みんなが持っているから・・・
人によって、選択理由は様々です。
その視点をもっと深く、もっと広くすることで、
公正で持続可能な社会を実現する大きな動きになります。

デザインが
良い

安いから



例えば・・・

- ①発展途上国^{はってんとじょうこく}で生産されたものが、
適正な価格で公正に取引されたモノか
- ②地域の経済や伝統文化を支えるモノか
- ③社会的な課題を解決するモノか
- ④地震などで被災した人の役に立つモノか
- ⑤環境負荷の少ないモノか

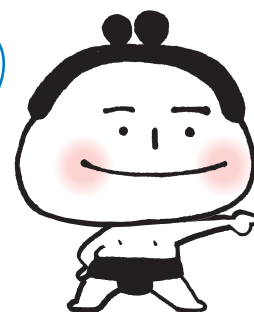
フェアトレード
省エネ
応援消費
食品ロス
地産地消など



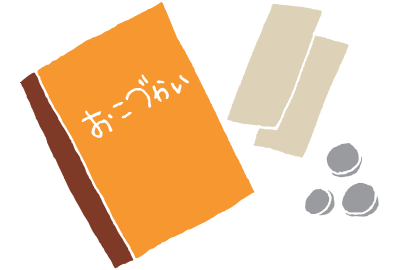
これらは全て「エシカル消費」です。



次ページの説明を
読んでね！



「エシカル (e t h i c a l)」とは、
「倫理的・道徳的」という意味です



「エシカル消費」とは、

人や社会、環境、地域に配慮したモノやサービスを選んで消費することで、安心・安全や品質、価格に次いで商品選択の「第4の尺度^{しやくど}」とも言われています。モノやサービスを選ぶとき、「人を傷つけていないかな」「地球に負担をかけていないかな」などを考えれば、それは全て「エシカル消費」です。

●フェアトレードとは

公正な取引。発展途上国^{ひんこん}の貧困な生産者・労働者の生活改善と自立を支援する国際的な運動のスローガン



●省エネとは

「省エネルギー」の略。石油や石炭、天然ガスなど、限りあるエネルギー資源がなくなってしまうことを防ぐため、エネルギーを効率よく使うこと

●応援消費とは

被災地^{ひさいち}の生活再建、被災地^{ふつこう}の復興を応援、
新型コロナウイルス対策応援消費

●食品ロスとは

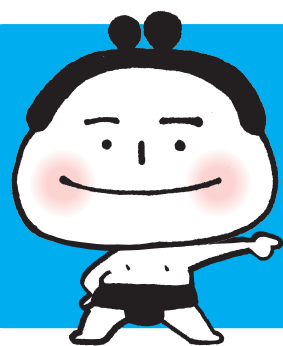
まだ食べられるのに廃棄される食品のこと



●地産地消とは

地域生産・地域消費^{ちいきせいさんちいきしょうひ}の略語で、地域で生産された様々な生産物や資源をその地域で消費すること





? e t h i c a l ?

知っていますか？ あなたが買った商品の裏側？

◎いつでもどこでも欲しいものが簡単に手に入る現代。

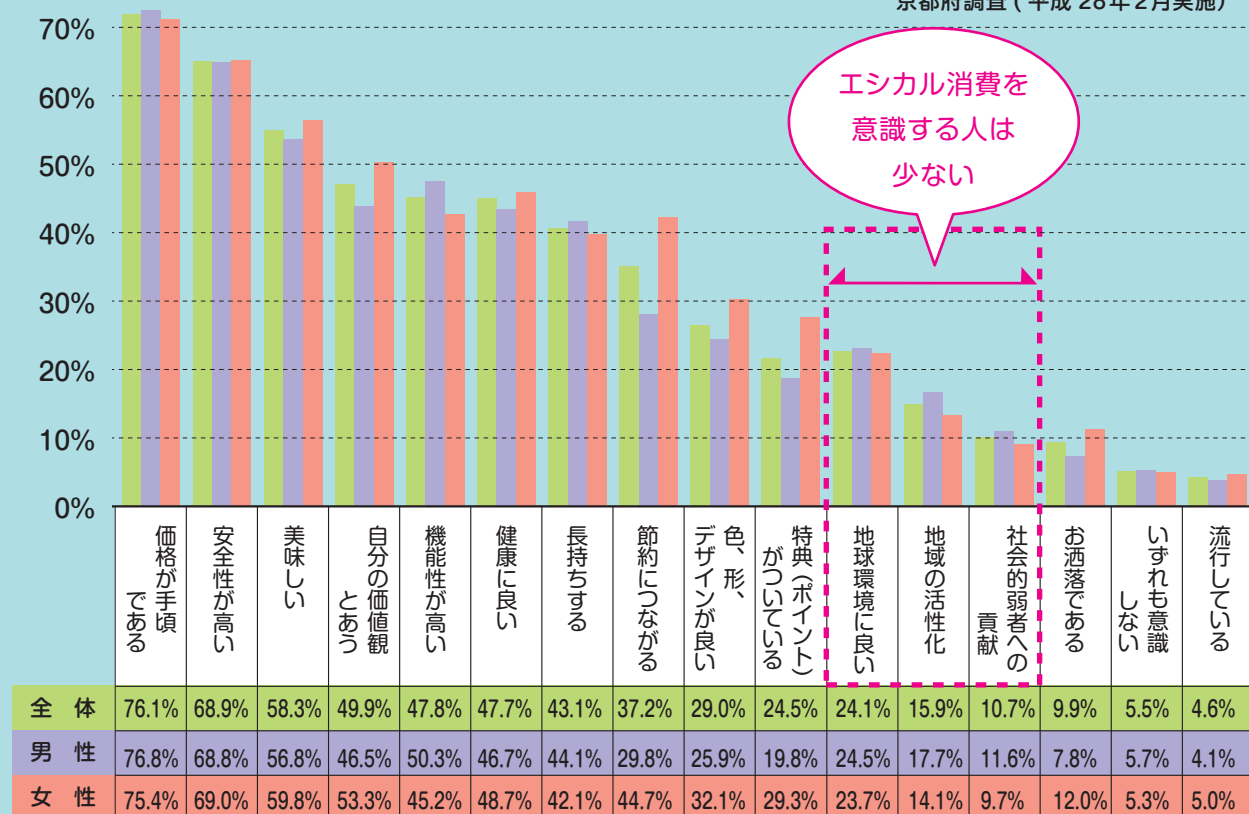
あなたは、購入した商品が、どこで・だれによって・
どんな環境の下でつくられているのか知っていますか？

◎あなたがいつも食べているチョコレートは、学校にも行けず
低賃金で働かされている子どもたちが収穫したカカオででき
ているかもしれません。あなたが着ている衣服は、農薬を
大量に使い環境に悪影響を与え、生産者自身の健康にも被害
を及ぼしている綿花で作られているかも知れません。



買い物をする際に意識すること（あてはまるあものを全て選択）

京都府調査（平成 28 年 2 月実施）



No.2 なぜ、今エシカル消費？



「エシカル消費」でどんなことが応援できるでしょうか

環境に配慮した消費

エコ商品を選ぶ

再生紙や詰め替え容器を
使用してゴミ減量



自然環境を守る 商品を選ぶ

水産資源や海洋・森林
環境の保全に配慮



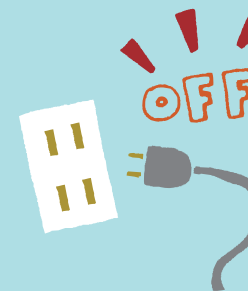
食品ロスをなくす

買いすぎず作りすぎず、
おいしく食べきる



節電・節水を心がける

省エネで地球温暖化防止



検索してみよう



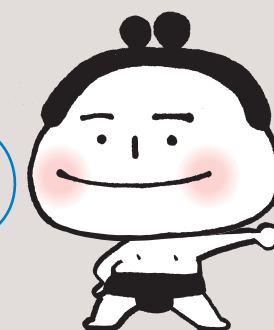
エコ商品	検 索
自然環境を守る商品	検 索
食品ロス	検 索
省エネ	検 索

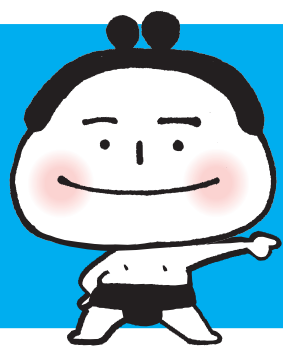


MSC「海のエコラベル」は何の証？

- a 養殖で育てられた水産物
- b 安全でおいしい水産物
- c 持続可能な漁業による水産物

こたえは
次ページです。





? e t h i c a l ?

e t h i c a l



人や社会に配慮した消費

寄付金付き商品を選ぶ

買物を通して社会貢献



障がい者が作った商品を選ぶ

地域で活躍する障がい者を応援



フェアトレード商品を選ぶ

発展途上国の生産者・労働者を応援



国際フェアトレード認定マーク

国際フェアトレード基準が守られていることを示す。
例：パナナ、コーヒー、紅茶、チョコレートスパイス、
衣料品など

検索してみよう

寄付金付き商品 検索

障がい者支援商品 検索

フェアトレード 検索

地域に配慮した消費

地元で生産された商品を選ぶ

地産地消



検索してみよう

地元の特産品は
何だろう？調べてみよう。

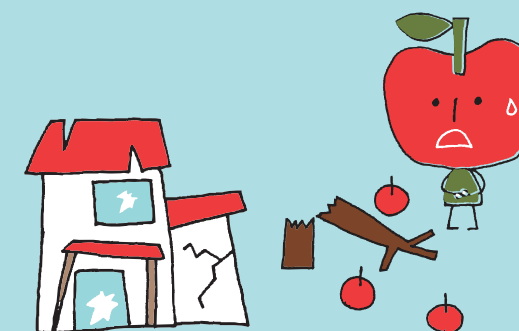
地産地消

検索



被災地の商品を選ぶ

被災者の生活再建
被災地の復興を応援



検索してみよう

買うことで応援
できるんだね！

被災地の商品

検索



クイズ

こたえは
cです。



MSC の漁業認証は、3 つの原則を
用いて審査します。

- 原則1. 対象となる水産資源が豊富で、資源管理されている
原則2. 生態系におよぼす影響が最小限に保たれている
原則3. 法律や規則などに従って漁業が行われている

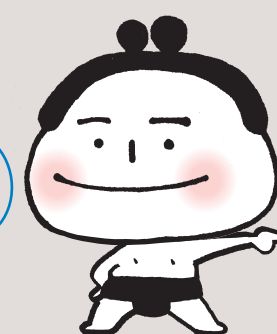
7

クイズ

次のうち、どれが応援消費？

- a 過疎地^{かそち}に旅行し、お土産を買う
b 自分で買った物を被災地に送る
c 被災地でボランティアをする

こたえは
次ページです。



8

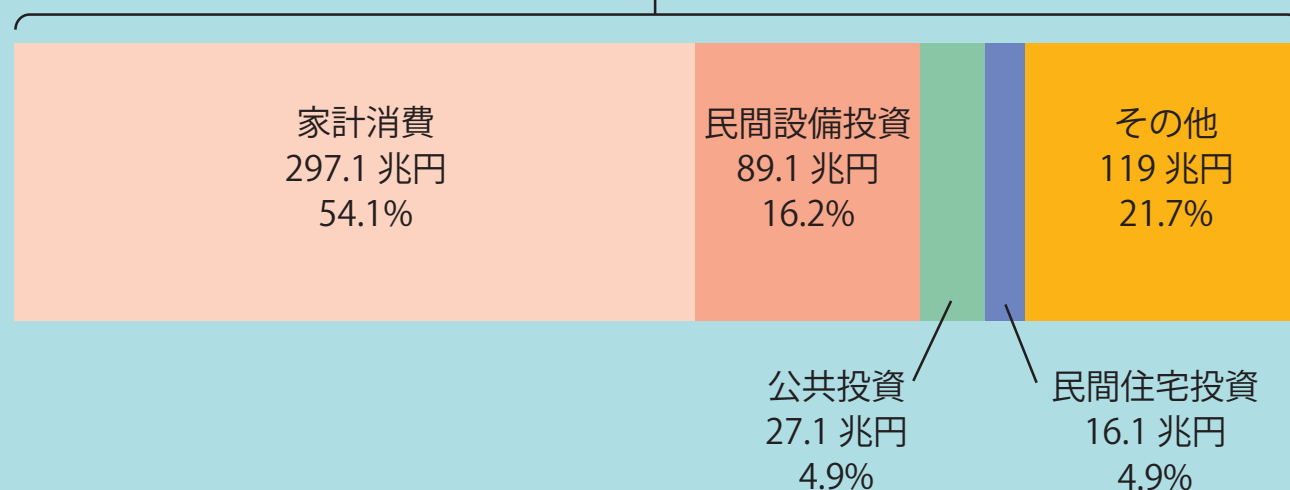


No.3 買い物はお金の投票です

めいもく
名目国内総生産 (GDP) に占める家計消費等の割合 (2018 年)

名目国内総生産 (GDP) 548.9 兆円

* 消費者庁 (消費者白書)



(備考)

1. 内閣府「国民経済計算」により作成。2018 年 10～12 月期 2 次速報値 (2019 年 3 月 8 日公表)。
2. 「その他」は、対家計民間非営利団体最終消費支出、政府最終消費支出、在庫変動及び純輸出の合計。
3. 四捨五入のため合計は必ずしも一致しない。

国の統計によれば、2018 年に家計が支出した消費額の総額は約 297.1 兆円で、経済全体 (名目国内総生産 [GDP] = 約 548.9 兆円) の 50% 以上を占めています。消費者が自分だけでなく、人や社会、環境のことを考えて商品やサービスを選択すれば、企業もそのような商品、サービスの提供を拡大させます。消費者の行動には、社会や未来を変えていく力があるのです。



クイズ

こたえは
a です。



9

「応援消費」は、もともと被災地支援のための消費を指す言葉でしたが、「ふるさと納税」「クラウドファンディング」などで自分以外の人にお金を使う人が増え、それらを含めて「応援消費」という言葉が使われるようになってきました。



No.4 世界の未来を変えるのは、あなたの日々の消費です



FSC® 森林認証：
適切に管理された
森林資源を使用し
た商品
(紙製品など)



MSC 認証：
海洋の自然環境や
水産資源を守って
獲られた水産物
(シーフード)

認証ラベルのある
商品を選ぶ

環境への配慮

エコ商品を選ぶ

リサイクル素材を使ったものや
資源保護等に関する認証がある
商品を購入



寄付金付き商品
を選ぶ

売り上げの一部が寄付に繋がる商品

生物多様性 への配慮



RSPO 認証：
環境への影響に配慮した
持続可能なパーム油使用
の商品 (洗剤など)

「エシカル消費」
とは、何を買うか
考えるときの
一つの尺度です



社会への配慮

フェアトレード
商品を選ぶ

発展途上国の原料や製品を
適正な価格で継続的に
取引された商品



地域への配慮



地元の商品を買う
地産地消によって地域活性化や
輸送エネルギーを削減



被災地の商品を買う

被災地の特産品を消費することで
経済支援を応援



人への配慮

障がいがある人の支援
に繋がる商品を選ぶ

働きたい障がいがある人を支援
している事業者の商品

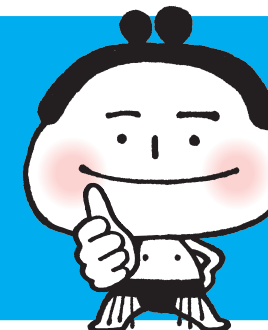


10



No.5 私たち消費者一人ひとりが 世界を変える！

e t h i c a l

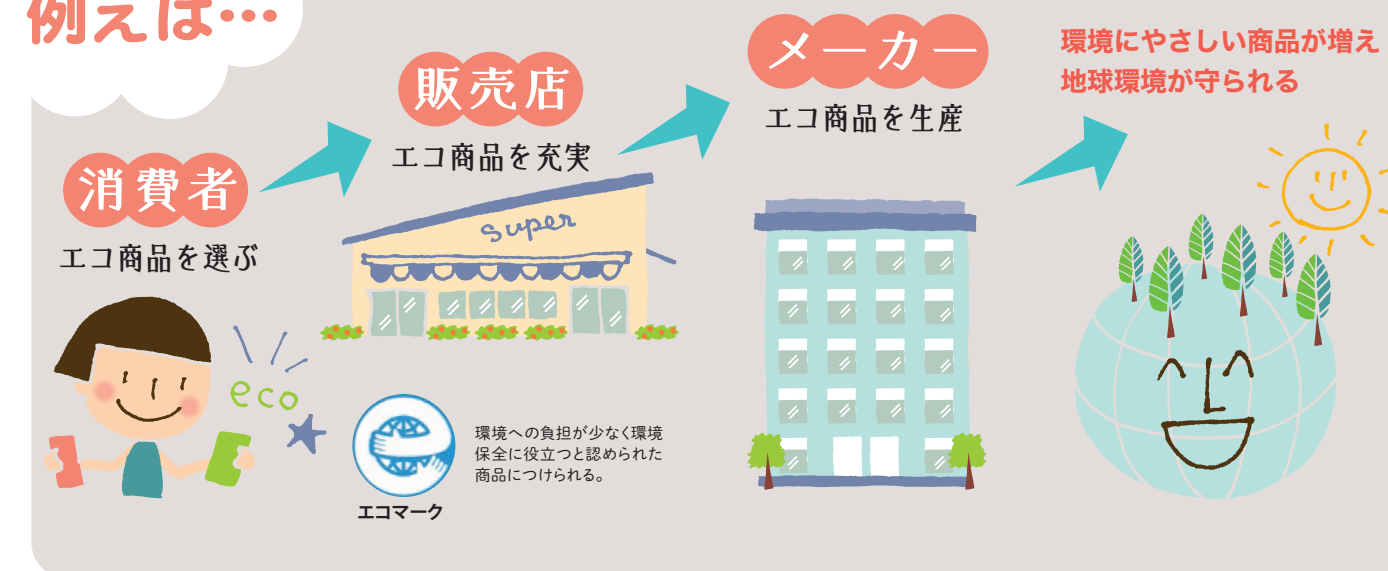


消費者は単なるサービスの受け手としてではなく、
社会・経済・環境などに自分の消費行動が与える影響^{えい きょう}を考えて、
商品・サービスを選ぶことが大切です。
5年後・10年後・30年後…の未来まで、
「公正で持続可能な社会」であるために、
“今” 確かな目で商品を選びましょう。



みんなで作ろう 消費者市民社会

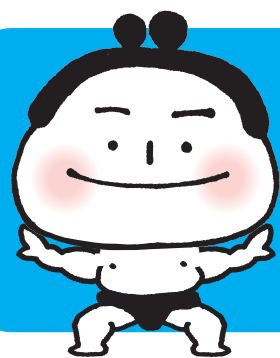
例えば…



つまり、私たちの消費行動は、社会を動かす力を持っています。
その力を使って社会をより良い方向に変えていくこと、これが**消費者市民社会**をつくることです。

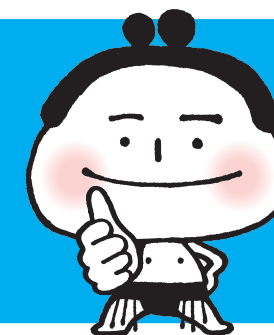


私たち消費者一人ひとりが、自分の幸せだけでなく、家族や地域、地球全体のことにも意識を向けて消費行動をすることが大切です。



No.6 エシカル消費実践のヒント

e t h i c a l



レジ袋有料化をきっかけにして、使い捨てプラスチックに頼る ライフスタイルを見直しましょう

世界中で海洋プラスチックごみ問題が深刻です。
プラスチックは、自然界の中では完全に分解で
きないので、海にごみがたまり景観を壊したり、
海にすむ動物への被害や生態系への影響が懸念
されたりしています。



Q. プラスチックごみを減らすために私たちは何ができるかな？



A. ポイ捨てをしない。使い捨てプラスチックを
なるべく使わない。再利用などを心がけ、
地球の環境に配慮したライフスタイルを取り
入れましょう。



ある家族の1週間分の
プラスチックごみ
(コンシューマーズ京都調べ)

平均151個



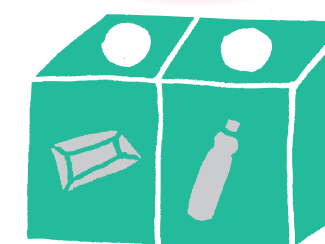
海外では

多くの国が、何年も前からレジ袋を有料化、
あるいは製造・販売・使用を禁止するなど、
企業独自の取り組みも活発です。

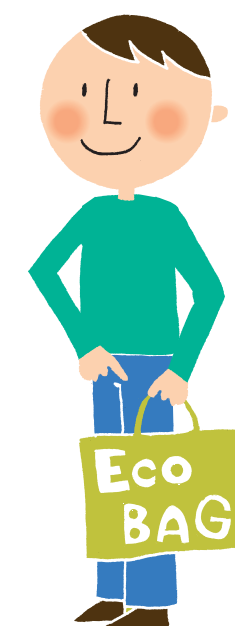
日本では

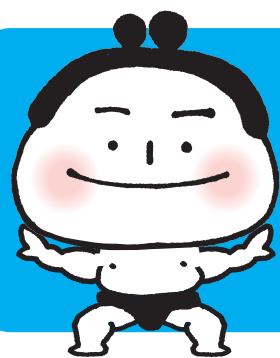
国民一人当たりのプラスチックごみの量が
アメリカに次いで2位です。他国に比べて
プラスチックごみを減らす活動では遅れを
とっています。

2020年7月から
原則すべての小売店で
レジ袋が有料化！



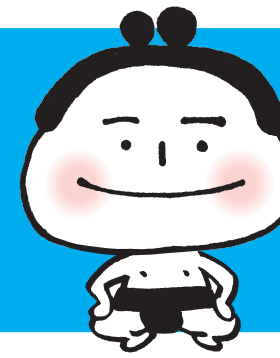
プラスチックごみは分別しリサイクルへ





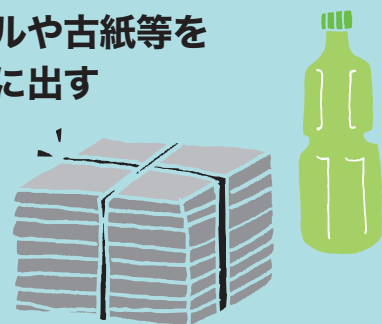
No.6 エシカル消費実践のヒント

e t h i c a l



日々の暮らしで

ペットボトルや古紙等を
リサイクルに出す



マイボトル、
マイバックを
持参する

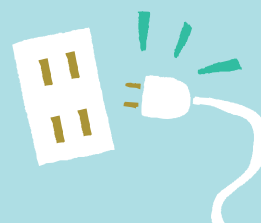


公共交通機関を使う



再生可能エネルギーを
選択する

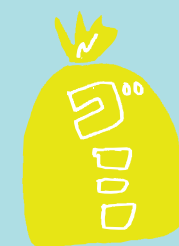
節電を心がける



外食・宴会などで
食べ残しをしない



家庭ごみを減らす



物が壊れた時に
すぐに捨てず
修理する



生ごみはよく水を切って捨てる



ものを大切にする



まだ使える不用品を
フリーマーケットに
出す



お買い物の参考に！認証ラベルやマークの例

エコマーク

エコマークは、環境保全
に役立つとされた商品に
つけられるマーク



グリーンマーク

古紙を原則として40%以上
(トイレtpーパーとちり紙は100%、コピー用紙
と新聞紙は50%以上) 原料
にした製品であることを示
すマーク



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、
農業使用規制等の基準を
満たした製品に付けられ
るラベル



京のブランド商品マーク

優れた京都の農林水産物
の中でも、安心・安全と
環境に配慮した生産方法
に取り組み、特に品質を厳
選したもの「京のブラン
ド産品」として認証



レインフォレスト・アライアンス認証

環境保護、労働者や家族
の生活向上など持続可
能な農業のための包括
的な基準を満たした農
園に与えられる認証



MSC「海のエコラベル」

水産資源と環境に配慮した
漁業で獲られた天然の水
産物の証



有機JASマーク

農業や化学肥料などの
化学物質に頼らずに、自
然界の力で生産された
食品を表すマーク



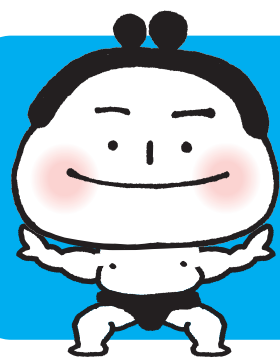
伝統マーク

伝統的工芸品の表示、そ
の他の宣伝について統
一イメージで消費者にア
ピールするために定めら
れた、伝統的工芸品のシ
ンボルマーク



日常的にすでに実践している消費行動が含まれていませんか？実は身近なエシカル消費
あなたがはじめた小さなエシカル消費が、日本を、世界を変えていきます！

エシカル消費に関連する認証ラベル・マークのついた商品を購入しましょう
＊ラベル・マークは一例です



No.7 エシカル消費とSDGs

エスディー ジーズ

なぜ、今エシカル消費とSDGsが注目されているのですか

最近では新型コロナウイルス感染症拡大による消費行動、地球温暖化による自然災害発生・プラスチックによる海洋汚染・大規模な森林伐採による野生生物の危機・海洋資源の乱獲・食品ロスの増加・過酷な労働環境・貧富の拡大など世界では様々な問題が起こっています。現代社会では、商品の生産や廃棄の現場と消費者の距離が遠くなってしまいました。その結果、生産・廃棄の現場の過程で誰かが犠牲になっていたとしても、私たち消費者はそれを知らないまま安いモノを求め、大量消費・大量廃棄に突き進んできてしまいました。この状況に対し、国連は2015年に「持続可能な開発サミット」で、SDGsを採択し、2030年までに国際社会が達成すべき17の目標を設定しました。エシカル消費については消費者それぞれが各自にとっての社会的課題の解決を考慮したり、そうした課題に取り組む事業者を応援しながら消費活動を行うことです。**エシカル消費はSDGsの17の目標のうち、特に目標12に関連する取組です。**とくにこの12番目の目標では「持続可能な消費と生産のパターンを確保する(つくる責任、つかう責任)」が掲げられています。いまだからこそ、SDGsの達成のためには私たち消費者も行動していくことが必要です。



12 つくる責任
つかう責任



エシカル消費 検索

SDGs 検索



No.8 SDGsって？

SDGs「持続可能な開発目標」とは？

未来の地球をよくするために、2030年に向かってみんなで一緒に取り組む目標です。その目標は、今を生きる自分と世界中のみんなのために、そして、これから地球に生まれてくるみんなのために、自分たちが、少しずつ努力をしていかなければ、いけないこと。みんなで目指す、この目標は全部で17個あります。まずは、この17個の目標をひとつでも知ってもらいみんなが毎日の生活の中で、何ができるのかを考え、ひとつでも行動を起こすことが、明るい未来への一歩になることでしょう。すぐに結果はでないかもしれませんが、未来を生きる子供たちや地球のために、今日から、一人ひとりが協力して、みんなが少しずつでも、行動を起こしていけば何か変化が起こるはずです。未来の地球をみんなで作っていきましょう！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

世界を変えるための17の目標

