

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！

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)

どうしよう

困ったな…

コピーして
遊んでね！

相

楽

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

エスディー・ジーズ

SDGsハンドブック

HAND BOOK

～持続可能な開発目標～



相楽消費生活センター
のキャラクター
がま口山

相楽消費生活センター



はじめに

サステイナブル

ディベロップメント

ゴールズ

Sustainable Development Goals (持続可能な開発目標)

私たちにとって普通に水道からきれいな水が出てくことは地球すべての人の「当たり前」ではありません。SDGsは世界のさまざまな課題を解決するための全世界共通の目標です。国連が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。その目標を一つでも知ってもらい、みんなが生活の中で何ができるのかを考え、一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、でも未来を生きる子どもたちや地球のために、今日から一人ひとりが協力し、少しずつでも行動を起こしていけば何か変化がおこるはずですよ。SDGsは貧困をなくそう、^き飢餓をゼロに、すべての人に健康と福祉を、質の高い教育をみんなに、など「誰ひとり取り残さない」世界を目指しています。目標達成に向けて一緒に行動しませんか？

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

世界を変えるための17の目標



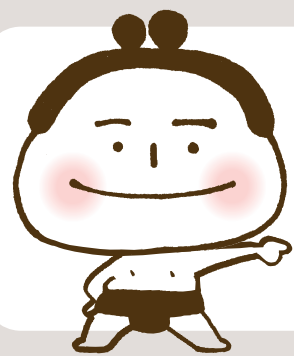
もくじ



SDGsについて.....	P3
SDGsのポイント	P4
SDGsの17の目標	P5
SDGs世界を変えるための17の目標アイコン.....	P6～8
SDGsが目標を迎えるのは2030年 そのとき、あなたは何歳になっているかな?.....	P9
まず、私たちの食生活の現状から考えてみよう.....	P10
食品ロスを減らすためには.....	P11
日本の食料自給率.....	P12
食品ロスにしない備蓄のすすめ.....	P13
お買い物の参考に！認証ラベルやマークの例.....	P14
キッチンから見るSDGs.....	P15
キッチンから世界へ.....	P16
持続可能な地球のために.....	P17～18

困ったときは消費生活センターに相談しましょう！..... 裏表紙





エスディーゼーズ SDGs について



2030 年までに世界の課題を解決するための

17 の目標が定められています。

持続可能な開発目標

(Sustainable Development Goals)

の略称です。

SDGsは 私たちの「新しいものさし」

持続可能 = ずっと続けることができる

【Sustain (持続する)+able (～できる)】



〈例〉

この地球にずっと住み
続けることができる



〈例〉

きれいな水を飲み続ける
ことができる

これらは、地球すべての人の「当たり前」ではありません。

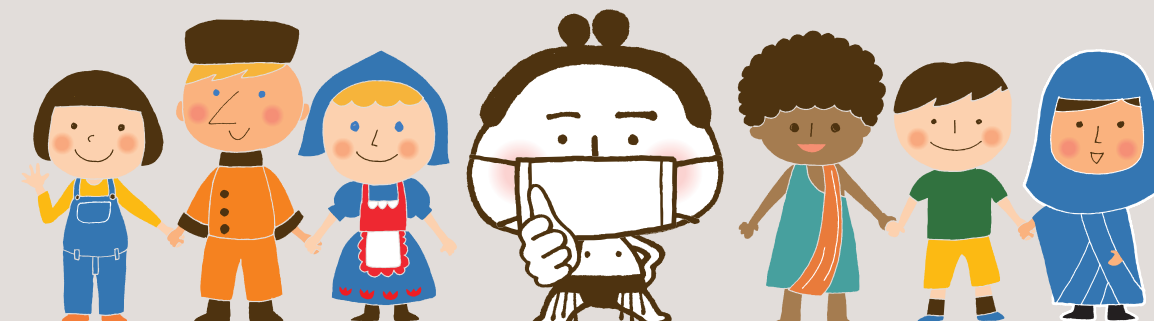


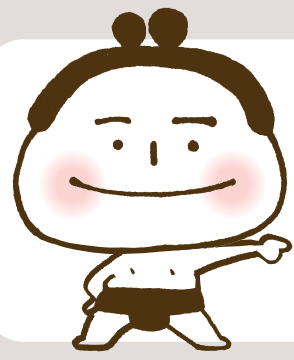
SDGs のポイント



世界の課題は、お互いに関連しています。

課題を解決するために、協力して行動する必要があります。





SDGs の17の目標



マークの意味や目指していることを知って、
これから何をするのか考えよう！

あなたが見つけたら、
参加している取り組みは
どのマークが
ぴったりかな？



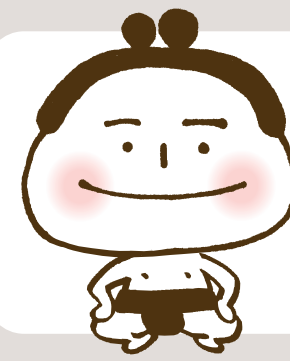
P6～P8 の17の目標の中から、自分が優先的に取り組んでいきたいと思う目標を
1から3まで順位をつけてみよう。また、選んだ理由を書き出してみよう。

1位

2位

3位

目標	選んだ理由



SDGs 世界を変えるための 17の目標アイコン



目標1 ひん こん 貧困をなくそう

地球上にあるいろいろな形の貧困をなくそう。



目標2 き が 飢餓をゼロに

だれもが栄養のある食料を十分に手にいれられるよう、地球の環境を
守り続けながら農業を進めよう。



目標3 すべての人に健康と福祉を

だれもが健康で幸せな生活を送れるようにしよう。有害な化学物質や
大気汚染、大地の汚染などによって病気になってしまう人を減らそう。



目標4 質の高い教育をみんなに

世界には、学校に通いたくても通えない子どもがたくさんいます。子どもも
大人もいつでも学べるようにしよう。



目標5 ジェンダー(性別)の平等を實現しよう

世界には、性別による差別があります。すべての女性の能力を伸ばして
可能性を広げよう。



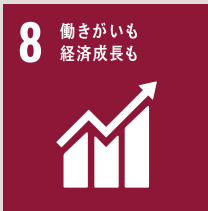
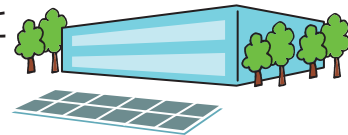
目標6 安全な水とトイレを世界中に

だれもが安全な水とトイレを利用でき、自分たちでずっと管理していけるようにしよう。



目標7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに

すべての人が安全で、いつまでも得られる自然エネルギーを利用できるようにしよう。



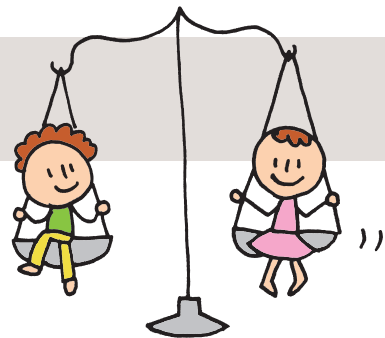
目標8 働きがいも経済成長も

経済が成長し続ける社会にしよう。また、誰もが人間らしく生産的な仕事ができる社会を作ろう。



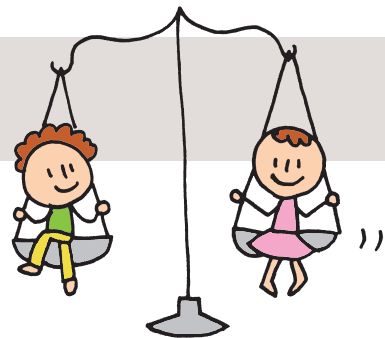
目標9 産業と技術革新の^{き ばん}基盤をつくろう

災害に強いインフラを整えたり、いつまでも続けられる経済発展を進めたりしよう。新しい技術を生み出すことにも取り組もう。



目標10 人や国の不平等をなくそう

世界中から人と人、国と国などのおきている不平等なことをなくそう。



目標11 住み続けられるまちづくりを

誰もがずっと安全に暮らせて、災害にも強いまちをつくろう。



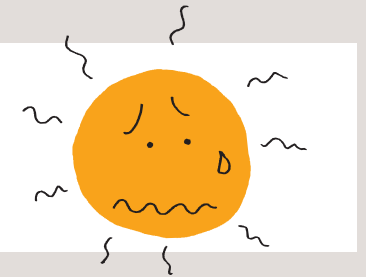
目標12 つくる責任つかう責任

作る人も使う人も、地球の環境と人々の健康をまもるようにしよう。



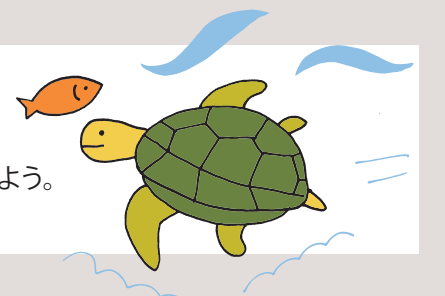
目標13 気候変動に具体的な対策を

気候変動や、その影響をくいとめるために、今すぐ行動しよう。



目標14 海の豊かさを守ろう

海の資源を守り、いつまでも恵みを受け続けられるようにしよう。



目標15 陸の豊かさも守ろう

さまざまな生物が生きられる、豊かな陸の環境を守り続けよう。



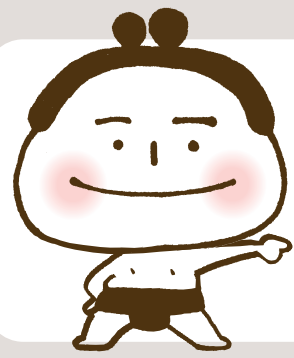
目標16 平和と公正をすべての人に

戦争やテロなどの心配がない平和な社会やだれもが平等な社会を築こう。



目標17 パートナーシップで目標を達成しよう

世界のすべての人が協力し合い、これらの目標を達成しよう。



SDG s が目標を迎えるのは2030年
そのとき、あなたは何歳になっているかな？



地球上で起きている 生物の危機

- ◎荒れる森林
- ◎広がる竹林
- ◎人間が減らしている生物
- ◎海に漂うマイクロプラスチック
- ◎水質汚染や赤潮
- ◎魚のゆりかご、珊瑚礁の減少



10年後



今、あなたの周りで
起こっていることを
考えてみよう

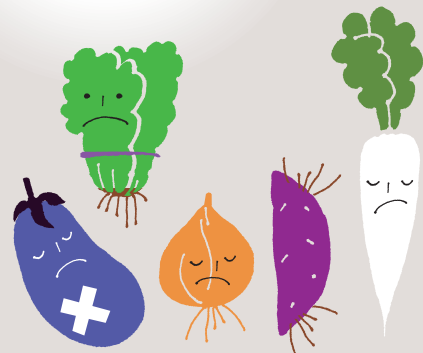
水が足りない地域が 増えている主な理由

- ◎人口が増えすぎた
- ◎気候変動による乾燥化
- ◎水質汚染



食料問題も 深刻な環境問題

- ◎食べられるのに捨てている食品が多い
- ◎食べ物が足りない国がある理由
・戦争や内戦 ・自然災害の増加

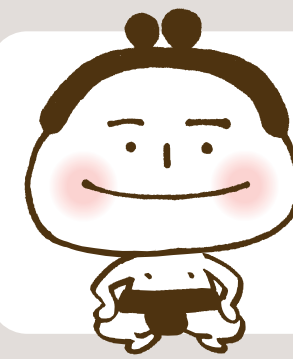


目に見えにくい 環境汚染

- ◎進む砂漠化、放射能汚染、酸性雨

地球温暖化問題

- ◎海拔の低い島が水没、猛暑日や熱帯夜の増加
- ◎巨大台風、ゲリラ豪雨、干ばつなどの異常気象



まず、私たちの食生活の現状
から考えてみよう



農林水産省HPより

「食品ロス」とは

本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。
食べ物を捨てることはもったいないことで、環境にも悪い影響を与えてしまいます。



日本ではどれくらいの食品ロスが発生しているの？（下図参照）

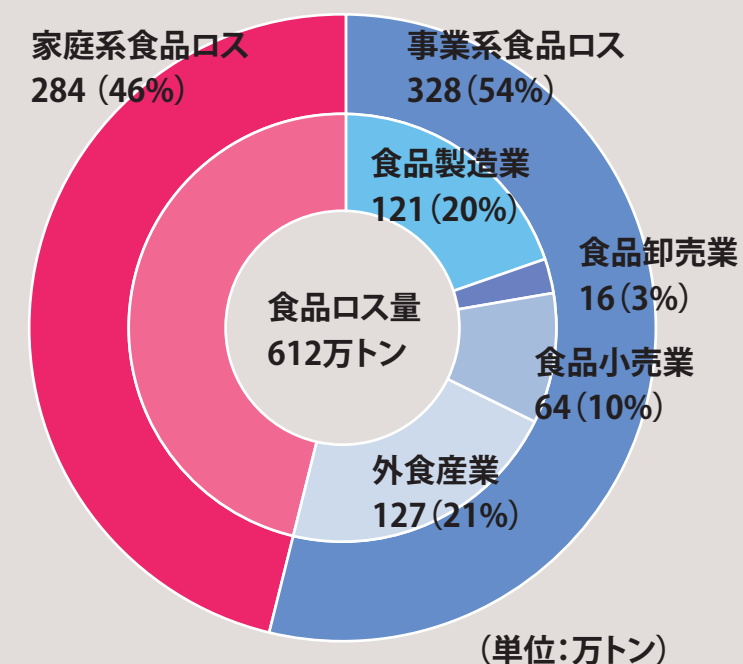
日本の食品廃棄物等は年間2,550万トン。その中で本来食べられるのに捨てられる食品「食品ロス」の量は年間612万トンにもなっています。（平成29年度推計値）
日本人の1人当たりの食品ロス量は1年で約48kgです。
これは日本人1人当たりが毎日お茶碗一杯分のご飯を捨てているのと同じ量になります。

食品ロスは大きく分けると次の2つに分けることができます

- ・事業活動を伴って発生する食品ロス……「事業系食品ロス」
- ・各家庭から発生する食品ロス……「家庭系食品ロス」



年間
612万
トン

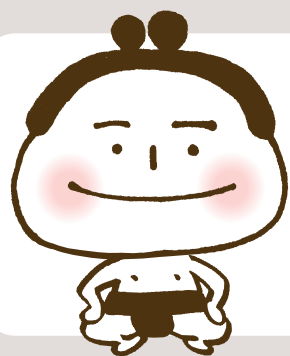


国民1人当たり食品ロス量

1日約 1 3 2 g
※茶碗約1杯のご飯の量に相当

年間約48kg
※年間1人当たりの米の消費量(54kg)に相当

資料:総務省人口推計(平成29年10月1日)
平成29年度食料需給表(確定値)



食品ロスを減らすためには



農林水産省HPより



NO-FOODLOSS PROJECT



NO-FOODLOSS PROJECT

食品ロス削減国民運動の ロゴマーク（ろすのん）

名前：ろすのん

食品ロスをなくす（non）という意味から命名
280件の応募の中から決定（平成25年12月）

ろすのんの口ぐせ：語尾に「のん」がつく

好きな食べ物：刺身のつま、パセリ

夢：食品ロスがなくなること

好きな言葉：残り物には福がある

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なんだのん。例えば、食べ物を買うお店や食べるお店では、奥から商品をとらずに、陳列されている賞味期限の順番に買ったり、包装資材（段ボール）ごと買う場合に、段ボールにちょっとのキズ・汚れがあっても、中身が問題なければそのまま買ったり、賞味期限の近い値引き商品を買ったり、食べきれ分量を注文して、食べ残しを出さなかったり、みんなのちょっとした行動が食品ロスを減らすのん。こうした行動は、広い目でみれば、食料資源の有効利用や地球温暖化の抑制につながって、みんなの生活を守ることにもつながるのん！食品ロスを削減するため、農林水産省では関係省庁と連携して様々な施策を推進しているのん。



日本の食料自給率



令和元年度 木津川市可燃ごみ組成調査より

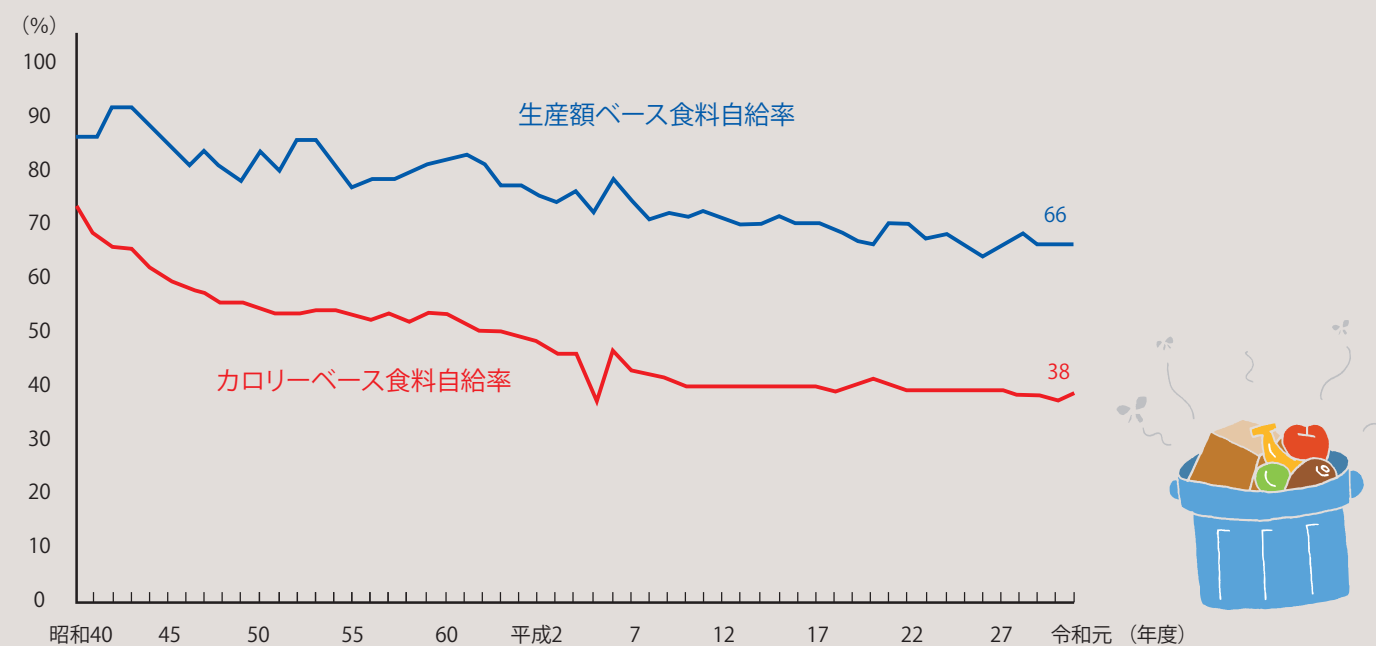


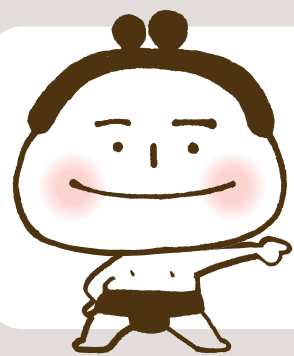
まだまだ食べることができる、
手つかず食品

我が国の食料自給率は、自給率の高い米の消費が減少し、飼料や原料を海外に依存している畜産物や油脂類の消費量が増えてきたことから、長期的に低下傾向で推移してきましたが、カロリーベースでは近年横ばい傾向で推移しています。

昭和40年度以降の食料自給率の推移

農林水産省HPより

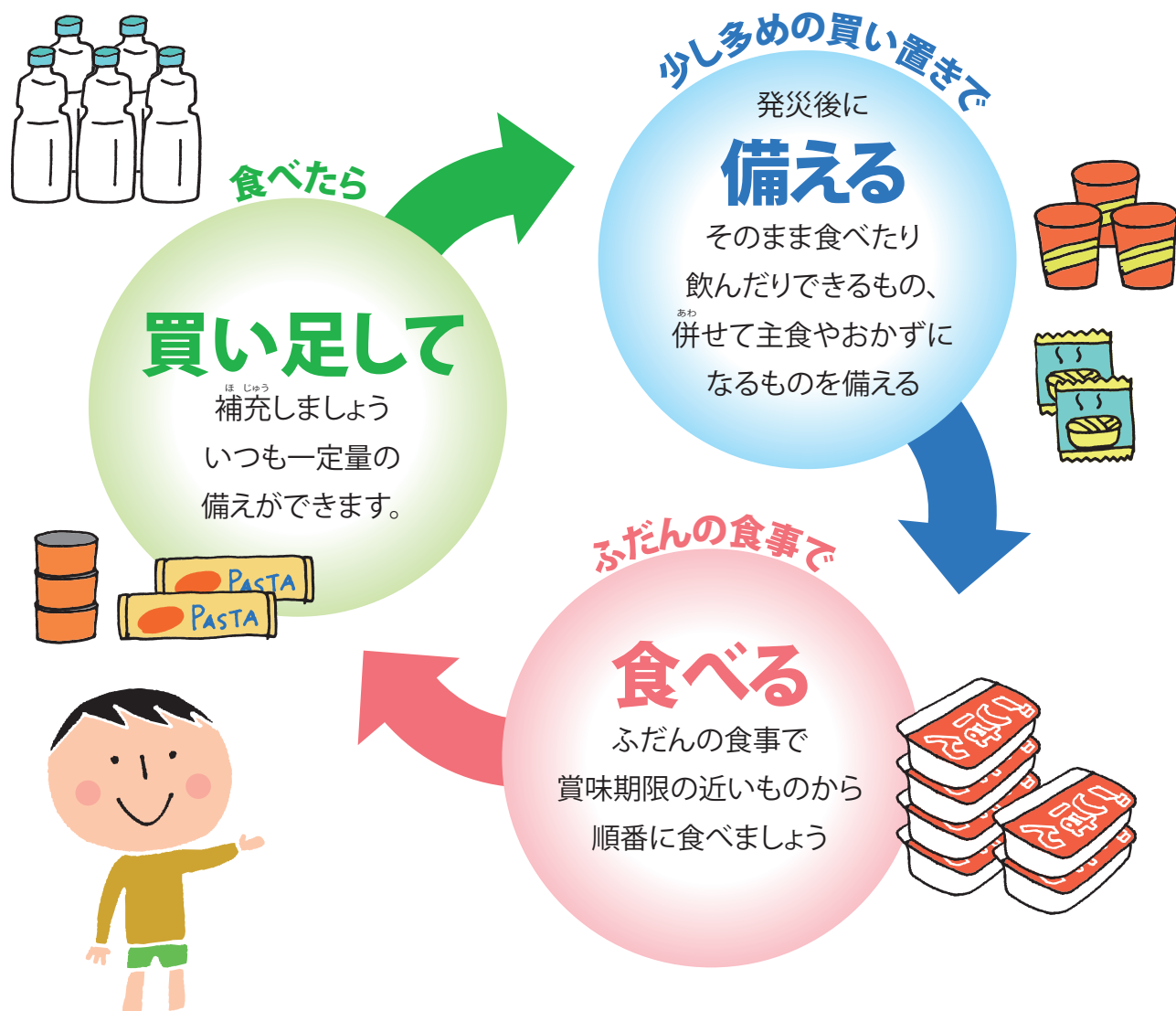




食品ロスにしない備蓄のすすめ



ふだん使いで カンタン 備蓄



ふだん食べている食品を少し多めに買い置きして、食べたならその分を買い足していく。
この方法は、**備える→食べる→買い足す**ことを繰り返しながら、食品を貯蔵していくので、
ローリングストック法と呼ばれています。特別なものを買わずに、簡単に備蓄することができます。
ふだんから食べ慣れている食品だと災害時にも安心して食べられます。また、賞味期限
切れで廃棄してしまう食品ロスを防ぐことになります。

お買い物の参考に！認証ラベルやマークの例

エコマーク

環境への負荷が少なく、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(トイレットペーパーとちり紙は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



FSC® 認証マーク

森林の環境保全に配慮し、地域社会の利益にない、経済的にも継続可能な形で生産された木材に与えられる認証



レインフォレスト・アライアンス認証

人と自然にとってより良い未来のため、環境保護、労働者の生活の向上、人権の推進など、より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



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



MSC「海のエコラベル」

水産資源と環境に配慮し適切に管理された、持続可能な漁業で獲られた天然の水産物の証



ASC「養殖水産物に対するラベル」

ASC認証は環境と社会に配慮して養殖された水産物の証



京のブランド商品マーク

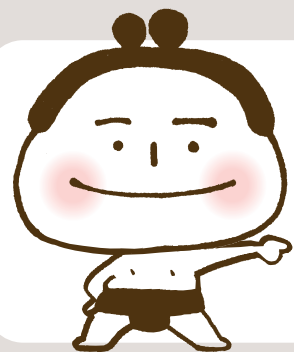
優れた京都の農林水産物の中でも、安心・安全と環境に配慮した生産方法に取り組み、特に品質を厳選したものを「京のブランド産品」として認証



伝統マーク

伝統的な技術・技法・材料で作られた経済産業大臣指定伝統的工芸品のシンボルマーク





STEP 1. 見つけた！気づいた！ キッチンから見る SDGs



Action 1 キッチンで SDGs を探そう どの目標が当てはまるかな？

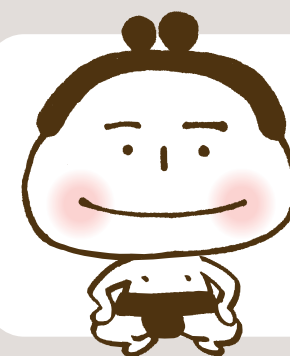


Action 2 選んだ理由を書いてみよう

①

②

③



STEP 2. 目標の達成に向けて… キッチンから世界へ



Q1 食料はどこで作られているの？ ～なぜ、そこで？～

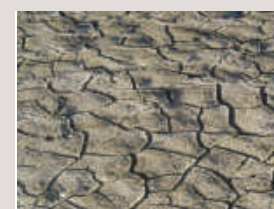
Q2 食料は誰が作るの？ ～作る人の思いは？～

Q3 食料はどうやって届くの？ ～運ぶ人の思いは？～

Q4 食料が捨てられるのはなぜ？ ～理由を考えよう～

食料に関連する問題を考えよう

①どんな問題がありますか？ ②原因は何ですか？ ③関連するアイコンを考えましょう



①

②

③目標



①

②

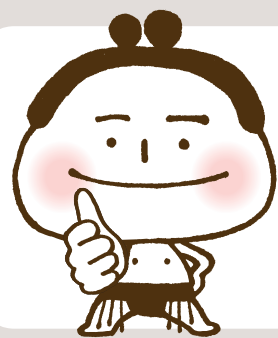
③目標



①

②

③目標



STEP 3. Action! SDGs

持続可能な地球のために



①生活の中にある課題を見つけましょう

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

②解決のための SDGs アイコンと★マークを線で結びましょう



③私たちが消費者として普段できることを考えてみましょう

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



私たちの行動は SDGs の課題解決につながっています。世界中の誰もが取り残されない「持続可能」な地球をつくるのは未来を担うあなたたちです。よりよい未来の実現をイメージしながら、力を合わせて“今できること”から始めてみましょう！

