



あなたの買い物が世界の未来を変える……P 1
食品ロス、もったいないから始めよう……P 2

編集・発行 板橋区消費者センター ☎03-3579-2266
〒173-0004 板橋区板橋 2-65-6 板橋区情報処理センター 7階

あなたの買い物が世界の未来を変える

私たちは、ものを買ったり、食べたり、使ったり、日々何らかの消費をして生活しています。例えば、買い物をするとき、どんな基準で商品をえらんでいますか？価格？品質？安全性？それがどのようにして作られたかといったものの背景や、それを選ぶことで世の中にどんな影響を与えるかを考えたことはありますか？「これはどこで誰がどのようにして作ったのか？」「これを選んで消費することは環境にいいことなのか？」など、立ち止まって考えて選ぶことがエシカル消費には大切です。毎日の暮らしの中で、できるところから無理のない範囲でエシカル消費を取り入れてみませんか？

使い捨てよりも、長く使えるものを

地域で生産し、その地域で消費できるものを

エシカルとは「倫理的」という意味で、「人や社会、環境に配慮した消費行動」のことを「エシカル(倫理的)消費」といいます。

作る人にも公正な配分が保護されるものを

必要なものを必要な量だけ

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



12 つくる責任
つかう責任



持続可能な開発目標 (SDGs) の目標12 「つくる責任つかう責任」にもつながるエシカル消費

商品の購入や契約など消費生活にかかわる相談を無料で受け付けています。

板橋区消費者センター

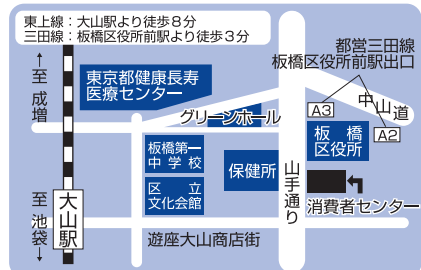
まずはお電話を！

☎ 03-3962-3511 (相談専用)

〈受付時間〉月曜～金曜 9:00～16:30 (祝日・年末年始を除く)
〒173-0004 板橋区板橋2-65-6 板橋区情報処理センター7階

消費者ホットライン ☎ (局番なし) 188

お近くの消費生活相談窓口につながります



食品ロス、もったいないから始めよう

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。日本国内の食品ロスは年間約612万トン、日本人一人当たりの食品ロス量を試算すると「お茶碗約1杯分（約132g）」の食べ物が毎日捨てられている計算になります。約612万トンの食品ロスのうち、約284万トンは、家庭からのものです。買い物・調理・食事などの場面で気をつけると、家庭で発生する食品ロスを減らすことができます。（農林水産省・環境省「平成29年度推計値」）



政府広報オンラインより

家庭の食品ロス原因

食べ残し	過剰除去	直接廃棄
【減らすには…】 作りすぎ防止やメニューの改善なども効果的です。食べられる分だけ作るようにしましょう。	【減らすには…】 皮の厚むき、へたの切り落としすぎ…など。少し気に掛けると減らすことができます。	【減らすには…】 買い物前には冷蔵庫の中をチェックし、食べられる分を購入するようにしましょう。

知っていますか？「消費期限」と「賞味期限」

いずれも、開封していない状態で、表示されている保存方法で保存した場合の期限です。

消費期限(しょうひきげん)	賞味期限(しょうみきげん)
期限を過ぎたら食べないほうがよい期限 (安全性の保証期間)	おいしく食べることができる期限。この期限を過ぎても、すぐに食べられなくなるということではありません！

お知らせ

2020年7月1日よりレジ袋の有料化が始まります



国は、海洋プラスチックごみ対策、地球温暖化対策等の取り組みの一環として、プラスチック製買物袋（レジ袋）の有料化（無料配布中止等）を全国一律に、2020年7月1日から行います。マイバッグを持ち歩くことで、お金の節約をはじめ、ごみの削減や資源の節約にもつながります。「マイバッグを持ち歩いて、レジ袋をお断りする」ライフスタイルに変えてみませんか。

メールマガジンのご案内

見守り新鮮情報

高齢者が被害にあいやすい悪質商法の手口や製品事故の情報を分かりやすくまとめ、メールマガジンを発行しています。（国民生活センター発行、月2回程度）

登録方法

見守り新鮮情報メールマガジン

検索



「QRコード」または「下記URL」から登録
http://www.kokusen.go.jp/mimamori/mj_mgtop.html