



## 人や社会、地球環境に配慮する “エシカル消費”の実践

徐々に広がりつつある「エシカル消費」という言葉。時々耳にするけどよくわからない、そもそも「エシカル」という言葉が聞きなれない人も多いのではないのでしょうか。「エシカル (Ethical)」とは「倫理的・道徳的」という意味の言葉で、「エシカル消費」とは、人や社会、地球環境に配慮した製品やサービスを選んで消費することです。なぜいま「エシカル消費」が必要なのか、考えてみましょう。

### 社会や環境を守る「エシカル消費」

買い物をするとき、どんな基準で物を選んでいきますか？「安いから」といって気軽に買い、すぐに捨ててしまう。そんなサイクルに陥っていないのでしょうか？

実は、こうした大量生産・大量消費を繰り返してきたことのしわ寄せが、環境の破壊や途上国での搾取といった深刻な問題につながっているのです。

たとえば、コットン（綿）の生産には大量の農薬が使われますが、そのために毎年約2万人の人が亡くなり、300万人の人が慢性病に苦しんでいます。生産者の多くは発展途上国の小規模農家で、いくら生産しても安く買い叩かれ、わずかな収入しか得ることができません。毎日身に着けているコットンの服や下着が、このような状況で作られていると知ったら、自分の消費についてももっと関心と責任を持ちたいと思うのではないのでしょうか。

世界中で起きているこうした問題を、消費者として解決する有効な手段が「エシカル消費（倫理的消費）」——「人や社会、地球環境のことを考慮して作られた物を購入、消費すること」です。

### エシカル消費は身近なことから始められる

「一人ひとりの消費が、社会にそんなに影響力を持つのだろうか？」と疑問に思う人もいるかもしれません。しかし、日本のGDPのうち、個人消費の占める割合は50%以上に上ります（平成29年版 消費者白書より）。それだけ、消費者が社会や経済に与える影響は大きいのです。私たちは社会や環境、ひいては未来を変えうる力を持っているのですから、意識して日々の買い物をするのが大切です。

たとえば、開発途上国の原料や製品を適正な価格で購入し、生産者や労働者を守るという「フェアトレード」の商品を選ぶこと、環境に配慮した製品を購入すること（グリーン購入）、自然エネルギーの利用、リサイクル製品や寄付付きの製品の購入、地産地消、応援消費など。これらはすべてエシカル消費です。

長寿命でエネルギー効率の良いLED電球を選んだり、地元の農家からオーガニック野菜を直接購入するなど、身近でできることはたくさんあります。誰かが不幸にならないために、そして本当に豊かな社会に近づくために、エシカルな商品を手にとってみませんか？

#### 参考サイト

●一般社団法人 エシカル協会 <http://ethicaljapan.org/>

●「倫理的消費」調査研究会—消費者庁 <http://www.caa.go.jp/region/index13.html>

# エシカルな消費生活に変えてみませんか。

何を買うかという選択で、自分の価値観を確認できるようにしましょう！

## エコ消費

自然保護や資源に役立つ



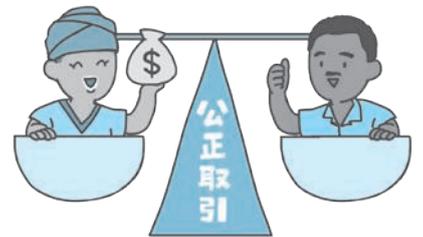
## ロハス

健康で持続的な社会をめざす  
生活スタイル



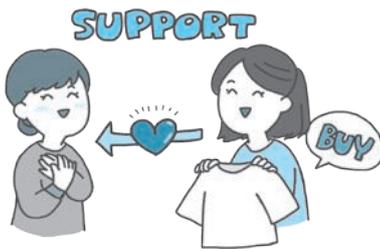
## フェアトレード

搾取しないために途上国商品を  
適正な価格で購入



## チャリティ消費

社会的弱者の支援につながる



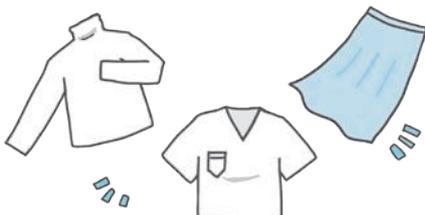
## 地産地消・応援消費

地域活性化・被災地支援の  
一助



## エシカルファッション

環境・労働・社会問題に配慮  
したオーガニックコットンの服  
などの良識あるファッション



## 動物福祉

「動物の権利」の理念  
に基づいた動物への  
配慮





## 食のエシカル消費 ～相談事例から～

日本国内における年間の食品廃棄量は、食料消費全体の3割に当たる約2,775万トン。このうち、売れ残りや期限を超えた食品、食べ残しなど、本来食べられたはずの、いわゆる「食品ロス」は約621万トンとされ（平成26年度推計）、この量は食糧援助量約320トン（世界82カ国8千万人に食料を届けた（2014年国連世界食糧計画））の約2倍に相当します。一方で、世界では約8億人（9人に1人）が飢餓に苦しみ、栄養不良により5歳未満で亡くなる子どもは年間500万人に上ります。日本は食料の約6割を海外に依存しています。世界の食糧事情に影響を与え得る日本での食品ロスを見直すためには、一人ひとりの意識と行動が大切です。

**Q** スーパーでカップ麺を購入しようとしたが、賞味期限まで1ヶ月のものが多く、奥から取り出して、3ヶ月先のものを見つけて購入した。賞味期限間近なものを販売してよいのか。

**A** 賞味期限であれば、期限を過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。期限内に販売することが望まれる商品になりますので、賞味期限内で販売されていけば問題とはいえませんが、いわゆる「3分の1ルール」<sup>(注)</sup>と呼ばれる商習慣は、食品ロスの問題から見直されつつあります。

注）「3分の1ルール」とは、食品業界の商習慣で、食品の製造日から賞味期限までを3分割し、「納入期限は、製造日から3分の1の時点まで」「販売期限は、賞味期限の3分の2の時点まで」を限度とするルール。ルールに従えば、例えば、賞味期限6ヶ月の場合、期限2カ月前を切ると廃棄処分されることになります。

### 食のエシカル消費 ポイント

● 皆が新鮮なものが良いからと、奥にある新しい商品を選んでしまう  
● と、古い日付の食品が残ることになり、結果として廃棄になってし

### 消費期限と賞味期限

- **消費期限**……期限を過ぎたら食べない方がよい  
期限が過ぎると急激に品質が落ちるので、消費期限内に食べきりましょう。
- **賞味期限**……おいしく食べることができる期限  
品質の劣化が比較的遅いので、期限が多少過ぎてても若干品質が劣る程度で十分食べられます。

まうことが考えられます。なるべく手前にある期限の古い日付のものから買うようにしましょう。

**Q** スーパーで割引シールの貼られている苺を1パック買ったが、形がいびつなものが入っていた。食べられるが欠陥品だと思う。

**A** 形崩れなどの「規格外」商品について、食品業界は、流通させずに多くを廃棄してきた商習慣がありましたが、食品ロスの観点から正規品として、または値引きして販売するようない取り組みが始まったようです。

### 食のエシカル消費 ポイント

- 包装の印刷ミスや形崩れなど「規格外」商品でも安全に食べられます。事業者の取り組みとともに、消費者も規格外商品であっても購入することで、食品ロス削減に貢献しましょう。

**Q** スーパーで割引になった卵を購入した。開封後、「賞味期限が近いので割引になっている」と説明が付いていることに気づいた。少人数なので使い切れない。スーパーに返品したい。

**A** お店で買ったものは、基本的に返品できません。買う前に、よく表示を確認して食べられる量を購入する、調理を工夫するなどして食べきるように心がけましょう。  
※「消費者庁のキッチン」(料理レシピサイト「クックパッド」)

<https://cookpad.com/kitchen/10421939>  
これまで食べられないと思っていた野菜の皮や茎も、冷蔵庫に残った半端な野菜や余ってしまったお料理も、捨てる前に「消費者庁のキッチン」でレシピを探してみてください。

**Q** 進物で貰った醤油などが使い切れない。無駄にしたいくないがどうしたらよいか。

**A** フードバンクに寄付するのも一案です。フードバンクとは、食品企業の製造工程で発生する規格外品などを引き取り、福祉施設などへ無料で提供する団体のこと

です。一般家庭からの不要食品(賞味期限が1ヶ月以上あり、常温保存できる未利用食品など条件あり)などの寄付も受け付けているところが多いようです。

## ▼新宿区のフードドライブ

各家庭で余った食品を持ち寄り、それを必要とする人々や施設等にボランティア団体やNPO団体が運営するフードバンクなどを通じて寄付する活動

平成30年3月4日(日)にフードドライブを実施します

子ども  
まつり

会場 新宿リサイクル活動センター(新宿区高田馬場4-10-2)

時間 午前10時～午後3時

電話 03-5330-5374

問合せ 新宿区環境清掃部ごみ減量リサイクル課 電話: 03-5273-3318 <https://www.city.shinjuku.lg.jp/content/000224578.pdf>

# 新宿消費生活センターからのお知らせ

## 第38回 新宿区くらしを守る消費生活展

人や社会、地球環境にやさしい「エシカル消費」を！

**日時** 平成30年1月19日(金) 午前11時～午後5時 1月20日(土) 午前10時～午後4時

**会場** 新宿駅西口広場イベントコーナー（新宿駅西口地下1階）

**主な催し** ●消費者団体・協賛団体のパネル等の展示 ●クイズラリー（参加者にはプレゼント抽選）  
●野菜、果物、地方物産品などの展示販売（ケナフ作品、米粉を使ったパン）など

※お願い：マイバッグをお持ちください。

入場  
無料

### ステージプログラム

| 1月19日(金) |                           | 1月20日(土)                       |            |
|----------|---------------------------|--------------------------------|------------|
| 11:00    | オープニングイベント                | 和太鼓演奏                          | 和太鼓淀橋      |
| 11:30    | 江戸芸かっぱれ 江戸芸かっぱれやよい会       | カモかもと〇×クイズ                     | 新宿消費生活センター |
| 12:00    | 新宿いきいき体操 新宿区ラジオ体操連盟       | 「すごろく」で行う消費者教育                 | 目白大学社会学部   |
| 12:30    | —                         | —                              | —          |
| 13:00    | ハーモニカ合奏 ハーモニカ・メイツ         | こままわしと人形劇 こまと人形劇のクマゴロウ         |            |
| 13:30    | カモかもと〇×クイズ 新宿消費生活センター     | エシカル消費ってなんだ?!                  | 目白大学社会学部   |
| 14:00    | 江戸東京野菜を広めよう 西新宿小学校        | スコティッシュダンス 新宿カントリーダンスクラブ       |            |
| 14:30    | —                         | 新宿いきいき体操 新宿区ラジオ体操連盟            |            |
| 15:00    | 悪質商法被害防止ミニコント 新宿区消費者団体連絡会 | ロマンティック・ジャズ・バンド デューク・グリーン・サウンド |            |
| 16:00    | 落語 流行亭喜楽                  | —                              | —          |

**主催**：新宿区・新宿区消費生活展実行委員会  
**問合せ**：新宿区立新宿消費生活センター  
TEL 03-5273-3834

**参加消費者グループ**：新宿区消費者団体連絡会、新宿区消費者の会、有機農産物愛好グループすずな会、新日本婦人の会新宿支部、友の会「婦人之友」愛読者、新宿区消費生活モニターOB会、生活協同組合パルシステム東京、年金者組合東京都本部新宿支部、新宿区消費者大学OB会、新宿ユネスコ協会、角筈生活学校、生活協同組合・消費者住宅センター新宿ネットワーク、北東京生活クラブ生協まち新宿、新宿区のリサイクルを考える会、東京第一友の会城西方面、消費者団体アクティヴ

**協賛団体**：NPO法人山の幸染め会新宿支部、駒場ケナフ工房、早稲田大学卯月ゼミナール、目白大学社会学部、東京ガス(株)中央支店、東京電力パワーグリッド(株)東京総支社、(株)東電電気保安協会練馬事業所、(株)新宿淀橋市場協会普及活性化委員会、特定適格消費者団体・消費者機構日本、(株)全国清涼飲料連合会、全国漁業協同組合連合会、NPO法人 APLA、消費者庁、東京都計量検定所、新宿区立新宿・西早稲田リサイクル活動センター、(株)新宿区勤労者・仕事支援センター

### 講座・イベント情報

新宿区内の消費者団体の講座・イベントです。みなさまのご参加をお待ちしています。

| 講座・イベント名   | 講師                           | 日時                      | 費用              | 主催             | 申込み・問合せ                                    |
|--|------------------------------|-------------------------|-----------------|----------------|--|
| 1 手作りみそ教室  |                              | 1月30日(火)<br>13:30～16:30 | 1,500円<br>(材料費) | 新宿区消費生活モニターOB会 | 往復はがきで1月10日必着まで。抽選で16名。広報しんじゅく1月15日号掲載。    |
| 2 2月学習会<br>食品表示基準の現状を考える<br>～貴方は「かくれんぼ食品」をご存じですか?～ | 食の安全・監視市民委員会代表、弁護士<br>神山美智子氏 | 2月16日(金)<br>13:30～15:30 | 500円<br>(資料代)   | 暮らしを考える会       | 申込み<br>暮らしを考える会事務局<br>電話・FAX3203-2951 (小林) |
| 3 3月学習会<br>AI (人工知能と社会生活)                          | 北海道大学名誉教授<br>栃内香次氏           | 3月9日(金)<br>13:30～15:50  | 500円<br>(資料代)   |                |  |

※対象：区内在住・在勤の方 ※会場は全て新宿消費生活センター分館（高田馬場1-32-10）  
※申込み1のみ：往復はがきに「講座名・氏名・住所・電話番号（FAX番号）」を記入の上、下記へ。  
〒169-0075 新宿区高田馬場1-32-10 新宿消費生活センター分館内 新宿区消費生活モニターOB会宛て



### 相談員コラム 今日から私もエシカル消費

エシカル消費とは、「人や社会、地球環境のことを考慮して作られたモノを購入あるいは消費する」「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たりしながら、消費活動を行うこと」。…何やら難しそうですよね。でも、例えばスーパーで手前に置かれている（賞味期限の近い）ものを買う、安いからとまとめ買いをするのではなく、使い切れる量を考えて買うという、日々の買い物を通じて、エシカル消費を実現して、世界に影響を与える力を持っているのです。

また、常にエシカルなもの（社会や環境に考慮した商品）しか買わないというのは大変ですが、「ときどきエシカル」を皆が心がけるようにすればどうでしょう。企業は、儲からないもの（消費者が買ってくれないもの）は作らないので、「ときどきエシカル」が大勢力になれば、企業にとってエシカルを無視できない状況に…。そうなれば、今は高額で手に入りにくいエシカル商品も、安く普及される…。一人ひとりのちょっとした行動が変化をもたらす！難しそうだけど、意外に簡単なエシカル消費をぜひ今日から始めましょう！

商品の購入・契約などの  
トラブルでお困りの  
区民の皆様のために

消費生活  
相談室

電話番号 03-5273-3830  
所在地 新宿区新宿5-18-21 新宿区役所 第二分庁舎3階  
相談日 月～金曜日（祝日等を除く）  
▶電話相談＝午前9時～午後5時 ▶来所相談＝午前9時～午後4時30分

身近な消費生活センターにつながる消費者ホットライン <sup>いちゃい</sup>188番（局番なし）

この印刷物は再生紙を使用しています。