

# くらしupながの

「消費者の5つの責任」

- ・批判的意識をもつ責任
- ・環境への配慮責任
- ・社会的弱者への配慮責任
- ・連帯する責任
- ・主張し行動する責任

編集と発行

かわちながの消費者協会  
河内長野市消費生活センター内  
TEL 0721-56-2360  
FAX 0721-56-0701



## 食品ロスの今 Part 1

### 食品ロスとは？

日本では年間2775万トン（平成26年度推計）の食品が廃棄されています。

このうち食べられるのに廃棄される食品 = 食品ロス 621万トン（平成26年度）

日本の「食品ロス」

約621万トン



国連WFPによる世界全体の食料援助量

約320万トン



事業系

約339万t



家庭系

約282万t



国民1人1日当たり食品ロス量

約134g

※茶碗約一杯の

ご飯の量に相当



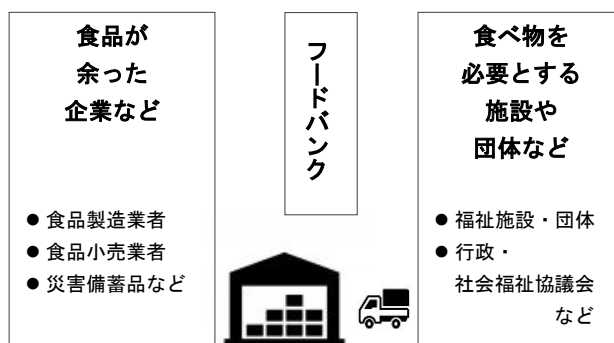
出典：農林水産省・環境省調べ、WFP、総務省人口推計（平成26年度）

### 食品ロス削減の取り組み

（食べ物に「もったいない」をもういちど）をキャッチフレーズに一人ひとりの意識、行動改革運動を官民あげて食品ロスの削減運動に取り組んでいます。

### 食べ物を分けあう「フードバンク」

食べ物の製造や流通の過程では、品質に問題がなく食べられるのに、包装の破損や規格外、過剰在庫などの理由で販売できなくなった食べ物が出てしまうことがあります。そのような食べ物を企業などから寄贈してもらい、食べ物を必要としている施設や団体などに提供する活動が「フードバンク」です。



# “河内長野市のごみ事情”

河内長野市のごみ総排出量は、平成 15 年度(38,908 トン)をピークに年々減少しており、平成 27 年度は 35,556 トンになりました。しかし一人一日当たりのごみ排出量は、平成 28 年度は 856 g で、増加傾向にあります。「3 R」は順番がととても大切です。なるべくごみを出さないよう心がけましょう。

- ① Reduce(リデュース)…ごみを出さない(マイバッグやマイボトルの持参 食品ロスの削減等)
- ② Reuse(リユース)…繰り返し使う(修理して使う 必要な人に譲る 粗大・不燃ごみ排出抑制)
- ③ Recycle(リサイクル)…再び資源として利用する(資源ごみの適切な分別)

## 大阪府内の全市で、リサイクル率トップ！！(平成 27 年度実績)

大阪府内全市(33 市)において、河内長野市がリサイクル率 24.3%でトップです。これまで継続的に実施してきた、ごみの分別収集、自治体や子供会などで実施している集団回収や分別に対する意識の高まりによると考えられます。

## 利用してみませんか！！

### ☆ もったいない市

陶磁器製・ガラス製食器の回収をします。回収した食器の中で、まだ使えるものは新たに使っていただける方へ使用してもらうリユースの取組をしています。奇数月に市役所 1 階市民サロンで食器市を開催し、気に入った食器があれば無料で持ち帰りできます。



### ☆ ぐるぐるマルシェ

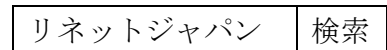
ごみの減量と資源化とともに、子育て世帯の支援につなげることを目的として、子ども服、子ども靴、子ども用帽子の持ち込み回収をしています。

また、春と秋の年 2 回、希望者に無料でお渡しする催しを開催しています。



### ☆ 小型家電(パソコン) 宅配便回収

当市では国の認定事業者・リネットジャパン(株)と協定を結び、パソコンを含む回収は、無料(1箱分のみ)で利用できます。(くらし up ながの No. 65 を参照)



### ☆ 携帯電話・スマートフォンのボックス回収

使わなくなった携帯電話・スマートフォンは専用の回収ボックスに。(市役所 1 階総合案内横に設置)回収した携帯電話・スマートフォンはリサイクルされ、2020 年開催の東京オリンピック・パラリンピック競技大会の入賞メダルに生まれ変わります。



### ☆ スマートフォン用ごみ分別アプリ

アプリ名称：全国ごみの日ナビ(リネットジャパン)

ごみの分別検索やごみ収集日カレンダー、アラーム機能などとても便利です。



明日は何のごみの日だったかな？

これ！粗大ごみの日に出せるんだ

ご注意！！

## 「健康食品の摂取による肝障害」

### 〈事例〉

だるさが続き、皮膚も黄色っぽくなったように思い病院に行った。詳しい血液検査や診察の結果、以前から摂取していたサプリメントによる薬物性肝障害と診断された。

### 〈アドバイス〉

- 健康食品を摂取して、倦怠感、食欲不振、発熱、黄だん、発疹、吐き気、おう吐、かゆみ等の症状が続く場合は摂取をやめ、速やかに医療機関を受診しましょう。
- 受診する際は、健康食品やそのパッケージを持参し、医師へ正確に情報を伝えましょう。
- 健康食品はあくまで補助的なものです。安易に健康食品で栄養の偏りや生活の乱れを解決しようとせず、まずは日頃の食事、運動、栄養に気を配りましょう。



(国民生活センター見守り新鮮情報 307 号より)

## 健康食品の分類

私達が口から摂るものは、食品と医薬品（医薬部外品を含む）に分けられます。健康食品は食品の中に分類されます。

		食 品				
		健 康 食 品				
医 薬 品 (医薬部外品 を含む)	保 健 機 能 食 品			その他健康食品 (サプリメント 栄養補助食品 健康補助食品 自然食品 など)	(一般 食品)	
	特定保健用 食品	栄養機能 食品	機能性表示 食品			
	(個別許可型)	(規格基準型)	(届出型)			
	国が制度を創設して機能表示を許可			機能表示は認められていない		

※ 原則として医療品との誤認を避けるため、食品に「治る」など医薬品的な効果を表示することはできません。

## あなたの消費が世界の未来を変える

最近よく耳にする「エシカル消費」とは、人や社会、環境に配慮した工程・流通で製造された商品を選択し、廃棄についても配慮する消費行動のことです。

消費行動は、食べることや使うこと、買い物など私たちの日常生活そのものです。

「エシカル消費」を意識した一人一人の行動が「持続可能な開発目標（SDGs）」達成につながっています。

皆さんと一緒に考え、取り組んでいきたいと思えます。

### これからの当協会事業予定

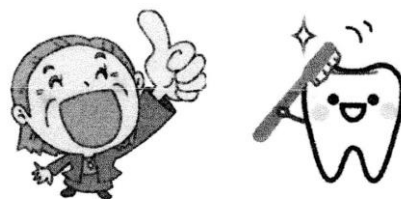
開催日	事業内容
8月3日 (金)	<b>小学生消費者教室</b> (対象：小学1～6年生 1～3年生は保護者同伴) 「骨の成長に大切なことを考えよう」 —お話と体験・試食—
9月28日 (金)	<b>くらしのセミナー</b> 講演会「家庭洗濯のコツと新しい洗濯表示」 講師：クリーニング研究所所長
10月10日 (水)	高齢者施設見学会 *インフルエンザ、ノロウイルス発生時は中止の場合有り
11月8日 (木)	講演会「私たちの暮らしと世界のつながり」 講師：大阪みどり公社職員
12月7日 (金)	講演会「よくある消費生活トラブル」 講師：消費生活センター相談員
11月26日 (月)	<b>消費者啓発講演会</b> 「健康食品について」 —利用する前に正しい知識を学ぼう—

\*詳細については市広報をご覧ください

## 口の健康と全身の健康の関係

口の中の健康度は、自分の歯の数だけではなく、歯周病、かむ力、飲み込む力、唾液の分泌量といったさまざまな要素がかかわっています。これらの状態が低下するほど、老化のスピードも速くなっていきます。

- ◆ 歯周病があると、心臓病、脳血管疾患、糖尿病、骨粗しょう症などになりやすい
- ◆ かむ力の強い人ほど運動能力が高い
- ◆ かむ力の強い人ほど骨密度が高い
- ◆ 歯の数が少ない人ほど認知症になりやすい
- ◆ 口の中の健康度が低い人ほど低栄養状態や閉じこもりになりやすい
- ◆ 口の中の衛生状態が悪いと肺炎の原因になりやすい



(大阪府後期高齢者医療広域連合パンフレットより)

### あとがき

梅雨のさなか早朝に、大阪北部で地震がおきました。まだその様子が鮮明に残っているときに、西日本を襲った記録的な豪雨は各地に甚大な被害をもたらしました。亡くられた方、行方不明や安否不明者も多く、ご家族の心情を思うと余りあるものがあります。

被災した方々に心からお見舞い申し上げるとともに、一日も早い復旧・復興をお祈りいたします。