

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

河内長野市消費者啓発受託事業
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

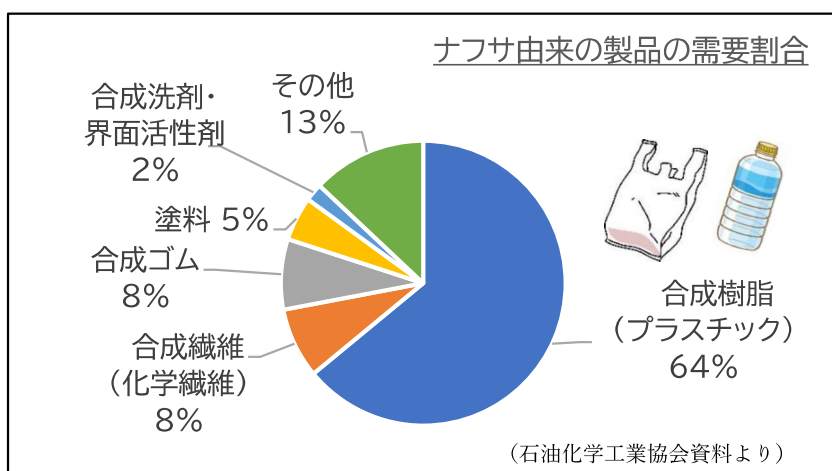
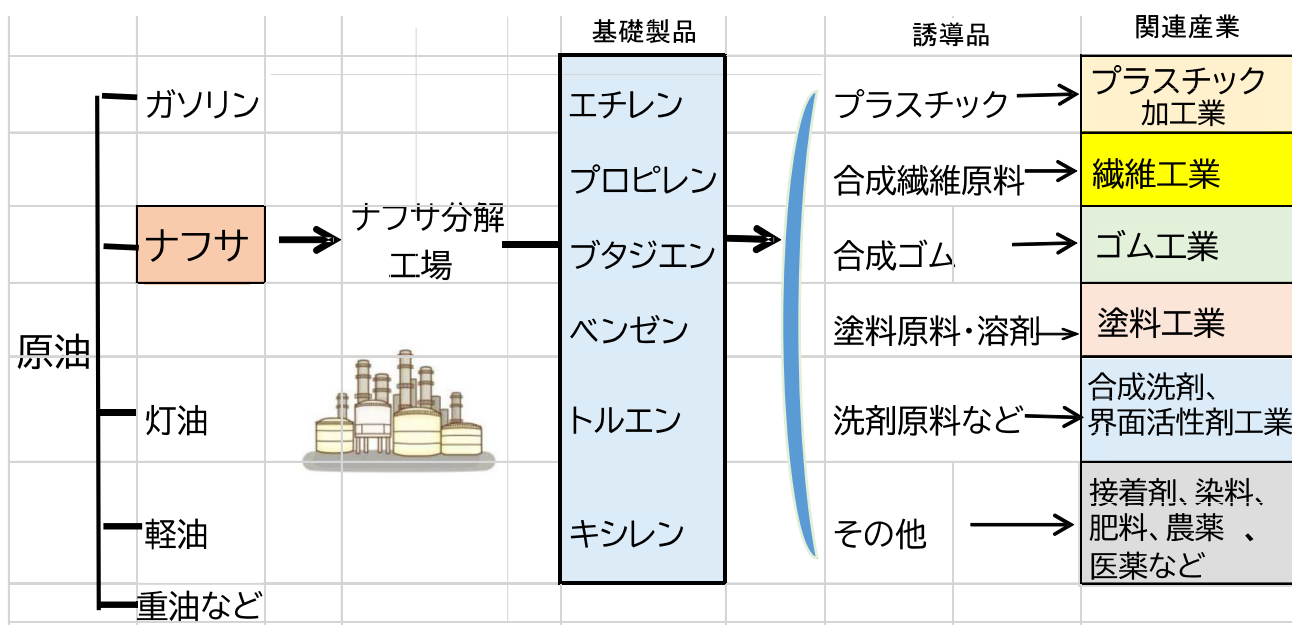
TEL 0721-56-2360

FAX 0721-56-0701



「ナフサ」って何？

ナフサは原油からできています。原油は石油精製工場で、ガソリン、ナフサ、灯油、軽油、重油などの石油製品になります。さらにナフサはガス分留装置で分解され、6種類の基礎製品を経て、私たちの日常生活に欠かせない多種多様な製品が作られています。



医療現場で使われているもの



日本は原油のほぼ全てを輸入に頼っています。原油流通不足はあらゆる関連産業にも影響を及ぼしています。また命にかかわる医療現場で使われているものがたくさんあります。

いま、少しでも私たちにできることを考えていきましょう。

サステナブルファッションのすすめ

サステナブルファッションとは、衣服の生産・流通、着用、廃棄に至るプロセスにおいて、持続可能であることを目指し、地球環境や人・社会に配慮した取組のことを言います。

ファッション産業は、大量生産・大量消費・大量廃棄により、環境負荷が極めて大きい産業といわれ、国際的な課題となっています。

衣服のサプライチェーン

日本は衣服の多くを海外に依存（約98%を輸入）しています。

衣服の製造段階では、原材料の調達から始まり、紡績・染色・裁断・縫製など様々な工場での分業による行程を経て製造されます。消費の段階においては、製造された衣服が国内の小売市場で販売され、消費者が購入し、着用・消費します。大量生産・大量消費が拡大し、衣服の短命化による大量廃棄への流れが懸念されています。

手放した衣服がリユース・リサイクルを通じて、再利用される割合は年々高まっていますが、処分・埋め立てされる割合は多く、改善の余地がある状況です。

環境負荷

原材料調達から製造段階までに排出される環境負荷の総量（年間）は、CO₂排出量が、約90,000kt、水消費量が約83億m³、また、化学物質による水質汚染などもあります。

日本の家庭から焼却・埋め立てされる衣服は年間約50万tで1日当たり大型トラック130台分の衣服が焼却・埋め立て処分されている計算になります。

人権問題

2013年にバングラデシュで縫製工場が入ったビルが崩壊し、1,100人以上の労働者（主に若い女性）が死亡し、2,500人以上の負傷者が出たという事故がありました。

アパレルメーカーの委託生産先である途上国の工場の建物の安全性や労働環境（低賃金・長時間労働）などが問題視されています。

これらの課題解決には、事業者の取り組みに加え、消費者一人ひとりの行動も鍵となります。

始めてみませんか、サステナブルファッションに向けたアクション

1. 今持っている服を長く大切に着る
リメイクしたり、適切な手入れをしよう
2. リユースを楽しむ
古着を購入したり、レンタルサービスを利用しよう
3. 先のことを考えて買う
本当に必要か考え、長く着られる品質を選ぼう
4. 作られ方を見る
衣服の素材や生産ルート、環境への影響などを確認しよう
5. 服を資源として再生利用する
古着を店舗に持ち込んだり、資源として回収に出そう



栄養成分表示をわかりやすく前面に！

—塩分とりすぎを気づかうデザイン—

栄養成分表示は、消費者が健康的な食生活を送れるよう加工食品に義務付けられ、主に包装の裏面に表示されていて、消費者にとっては有用な情報です。

しかし、消費者庁のアンケート調査（令和4年実施）によると、現在の栄養成分表示を知っている人は約7割で、知っている人のうち約4割は、食生活の参考にしていません。

そこで、消費者にとってわかりやすくするため、裏面とは別に、目立つように加工食品の包装前面に栄養の情報を示す「**包装前面栄養表示**」（FOPNL）について、消費者庁の検討会は、ガイドライン（指針）をまとめました。

【包装前面栄養表示の表示例】

1食分(1袋)当たり				
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
301kcal	11.3g	16.3g	27.9g	1.9g
14%	13%	23%	9%	27%

%は1日の摂取目安に対する割合

* ペットボトルなどの縦長の容器包装においては縦向きに表示することが可能

包装前面栄養表示の主なポイント

- 表示は任意で義務ではなく、事業者が自主的に取り組む制度です。
- 1食分を表示の単位とし、エネルギー（カロリー）、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量の五つの栄養成分値を、容器包装の前面に表示します。
- 1日当たりの摂取目安(栄養素等表示基準値)に占める割合をパーセントで併記することにより、消費者自身が、1日に必要な栄養成分等の目安を把握できるようになります。

栄養素等表示基準値：エネルギー 2,200kcal、たんぱく質 85g、脂質 70g、
炭水化物 320g、食塩相当量 7.0g

栄養素等表示基準値に占める当該量の割合（%）

【栄養成分の量】÷【栄養素等表示基準値】×100

- 表示は過剰摂取が国民的課題になっている**食塩相当量**を二重線で囲み、目立たせるデザインにしました。
- 包装前面栄養表示は、義務ではなく任意表示です。どのくらい普及するのかわからず、食品によって異なるかもしれません。
これまでどおり、裏面の栄養成分表示を確認することが大切です。



チーズのあれこれ (その1)

チーズはナチュラルチーズとプロセスチーズに大別されます。

<ナチュラルチーズ>

- 乳などに乳酸菌や凝乳酵素を加えて固めたもの、またはそれを熟成させたものです。
- 原料乳、製法、風土などの違いにより、世界各地に約 1000 種類のチーズがあります。
- 乳酸菌や酵素が生きていて、熟成とともに風味が変わるので、“食べ頃”があります。
- 色、形、固さ、味もさまざまです。

<プロセスチーズ>

- 1 種または 2 種以上のナチュラルチーズを加熱して溶かし、乳化・成型したものです。
- 加熱により乳酸菌や酵素の働きが止まるので、風味が一定し、保存性が高くなります。
- スライス、6 P、スティックなど、多彩な製品があります。

<その他チーズ風のもの>

- ピザ用チーズなどの売り場には、そもそもチーズではない「乳等を主要原料とする食品」が混ざっているので要注意です。

種類	ナチュラルチーズ						プロセスチーズ	牛乳
	硬質		半硬質		軟質			
名称	チェダー	パルメザン	ブルー	ゴーダ	カッテージ	カマンベール		
（kcal）エネルギー	390	445	326	356	99	291	313	61
（g）水分	35.3	15.4	45.6	40.0	79.0	51.8	45.0	87.4
（g）タンパク質	25.7	44.0	18.8	25.8	13.3	19.1	22.7	3.3
（g）脂質	33.8	30.8	29.0	29.0	4.5	24.7	26.0	3.8
（g）炭水化物	1.4	1.9	1.0	1.4	1.9	0.9	1.3	4.8
（g）食塩相当量	2.0	3.8	3.8	2.0	1.0	2.0	2.8	0.1

子どもの安全のために

～知っていますか？子供PSCマーク～

4 つの子供用特定製品で新たな制度が始まりました。

製造・輸入された対象製品には、国の安全基準などを満たした証として「子供 P S C マーク」が表示されます。



・3 歳未満向け玩具

(令和 7 年 1 2 月 2 5 日以前に輸入・製造された製品は表示なし)

・乳幼児用ベッド

(令和 9 年 3 月 2 4 日まで従来のひし形 PSC マークも)

・ベビーカー

(令和 10 年 7 月 7 日まではマークのない製品も販売)

・乳幼児用ベッドガード

(令和 9 年 7 月 7 日まではマークのない製品も販売)



対象製品を購入する際は子供 P S C マークを確認し、事故を防ぐために、対象年齢や使用上の注意を正しく守ることが大切です。

あとかき

中東情勢の混迷で、私たちの暮らしは、食料品の値上げなど、たいへん影響を受けています。

漁業においては、漁船や輸送にも燃料がかかり、加工のための重油も必要です。ナフサは、漁業に使用するかご、ロープ、漁網、発泡スチロールなど、色々なものに使用されています。

今こそ、プラスチックの使い過ぎを見直すときです。量り売りや、容器を持参したり、ふろしき・新聞紙で包むなど、できることから実践したいものです。そして、平和な日常が戻りますようお願いしています。