

サロンでのサステナビリティ

エシカル消費について 学んでみよう！

エシカル消費とは、地域の活性化や雇用などを含む、人・社会・地域・環境に配慮した消費行動のことです。

私たち一人一人が、社会的な課題に気づき、日々のお買物を通して、その課題の解決のために、自分は何ができるのかを考えてみることで、これが、エシカル消費の第一歩です。

エシカル = 倫理的・道徳的

『エシカル消費』美しい地球とともに



サロンでのサステナビリティ

エシカル消費について 学んでみよう！

『エシカル消費』美しい地球とともに

エシカル（※）消費とは、地域の活性化や雇用などを含む、人・社会・地域・環境に配慮した消費行動のことです。

私たち一人一人が、社会的な課題に気づき、日々のお買物を通して、その課題の解決のために、自分は何ができるのかを考えてみることで、これが、エシカル消費の第一歩です。2015年9月に国連で採択された持続可能な開発目標(SDGs)の17のゴールのうち、特にゴール12に関連する取組です。

エシカル = 倫理的・道徳的



サステナビリティのヒント

サロンでのサステナビリティ

エシカル消費とは！

『人・社会への配慮』

おやつの時間に食べるチョコレートや、毎日身につける衣類の材料となるコットン（綿）など、私たちの身の周りにある食品や製品には、原材料が作られ、加工され、私たちの手元に届くまでにたくさんの方が関わっています。原材料の多くを生産する発展途上国には、安い賃金で働いており十分に生活することができず、貧困に苦しむ人たちがいます。その中には、労働者として働き、学校に通えない子どもが多くいるのも事実です。

また、障がい者が働く施設では、日用品などが製作されていますが、まだ多くの皆さんに浸透しているとはいえません。そして、その結果として障がい者の多くが、安い工賃で働いているという実態があります。

商品やサービスの裏に隠されたストーリーに、思いを巡らせてみませんか？

人・社会に配慮された商品を見つけて、選んで購入することで、より多くの人々が持続可能な生活を送れるようになります。

『エシカル消費』美しい地球とともに



- フェアトレード認証商品
- 売上金の一部が寄付につながる商品
- 障がい者支援につながる商品
を選択するなど

サロンでのサステナビリティ

エシカル消費とは！

『地域への配慮』

遠方で生産・製造された食材や商品がインターネットを通じて、いつでもどこでも好きなだけ購入できるネットワークが私たちの生活の中に浸透しています。

一方、私たちの住む日本は、山、森、川、海といった豊かな自然に加え、多様な気候や地形の影響もあり、全国各地でその土地特有の産物が作られたり、様々な地域社会が育まれたりしてきました。

「簡単」、「便利」に購入できることは魅力的ですが、「地域の振興」もお買物では大事な視点の一つです。

地元の本屋さん、電器屋さん、肉屋さんなどでお買物をしてみませんか？

地元の食材を「選ぶ」ことや地元のお店で商品を「買う」ことは、地元を「応援する」ことにつながります。

- 地産地消
- 被災地で作られたものを購入することで被災地を応援する
- 伝統工芸品を購入する など

『エシカル消費』美しい地球とともに



サロンでのサステナビリティ

エシカル消費とは！

『環境への配慮』

「地球」というスケールで社会を考えると、私たちが多様な動植物と共存していることや多くのエネルギー資源、原材料、食料品などを海外から輸入していることに気付かされます。

大量生産・大量消費・大量廃棄の暮らしによって、地球温暖化や海洋汚染などが発生し、生態系が破壊され、エネルギー資源が減少し、異常気象による農作物への被害などが深刻化しています。

日々の暮らしの中で、「もったいない」と思うことは何ですか？

地球環境の現状や問題を「自分には関係ない遠い話」と見過ごすのではなく、より良い未来に向かって、一步を踏み出しましょう。

- エコ商品を選ぶ
- お買物のときにレジ袋の代わりにマイバッグを使う
- 資源保護の認証がある商品やCO2（二酸化炭素）削減の工夫をしている商品を購入する
- マイボトルを利用する
- 食品ロスを減らす、まだ食べられるのに廃棄される食品のこと
- 電球を省エネLEDに交換する
- 地域のルールに沿ったゴミの分別を徹底する など

『エシカル消費』美しい地球とともに



サステナビリティのヒント

サロンでのサステナビリティ

エシカル消費とは！

『みんなで支え合う社会へ』

エシカル消費は「社会が豊かなときに、お金に余裕がある人が実践するもの」ではありません。
 一人一人が、思いやりを持った消費行動を心掛けて、商品が届くまでの背景や廃棄された後の影響を考え、そこにある課題を知り、その解決につながるようなモノやサービスを利用することが、次の世代へバトンをつないでいく私たちの役割です。
 消費と社会のつながりを「自分ごと」として捉え、世界の未来を変えるために、今から行動しましょう！

- 買いだめ、買占めをしない
- 必要なものを必要な分だけ購入する
- 今のことだけを考えず、未来への影響を考える
- 海外で問題となっている社会的課題に目を向ける
- 自分のことだけを考えず、相手のことを考えて行動する
- ユニバーサルデザイン
- ダイバーシティ（多様性の尊重等） など

『エシカル消費』美しい地球とともに



エシカル消費を实践しよう

サロンでのサステナビリティ

【日常生活で取り組めるエシカル消費】

一見難しそうに思えるエシカル消費ですが、身近でできることも数多くあり、簡単に始められます。すべてをエシカル消費に切り替えることは大変ですが、まずはできる範囲で取り組みを始めてみるのが大切です。

『人や社会に配慮した商品を購入する』

商品やサービスのなかには、人や社会にとって優しいものが数多くあります。価格のみで商品を選ぶのではなく、その商品を購入することで、どのような効果を生み出すのかを意識することが大切です。

1. 地元商店街での買い物や、地域の特産品などを優先して購入する（地産地消）

大型チェーン店やネット通販で商品を購入するのではなく、地元のお店や商店街で、地域の特産品を購入することは、地域経済の活性化につながるエシカル消費のひとつです。また、地域の特産品を購入することで、移動や配送にかかるエネルギーを抑えることができ、**環境の保護**にもつながります。

2. 被災地で作られた商品の購入（被災地支援）

日本は、地震や台風などの自然災害が非常に多い国です。自然災害による被害にあった地域の商品や、被害により職を失った人の生活を保護するための商品などを優先的に購入することが、復興への支援につながります。



サロンでのサステナビリティ

【日常生活で取り組めるエシカル消費】

3. 福祉施設などで作られた商品の購入（障がい者の自立支援）

障がいのある方がつくった商品を買うことや、障がい者支援に力を入れている企業の製品を選ぶことも、エシカル消費のひとつです。障がい者の方は、不当な賃金で労働を強いられるケースなどもあるため、商品の背景を調べ、正当な価格で購入することが、自立支援への助けとなります。

4. フェアトレード商品の購入

フェアトレードとは、発展途上国で作られた農作物や製品などを適正な価格で継続的に購入することで、生産者の生活を支える仕組みのことです。フェアトレード商品を優先して購入することで、途上国における「労働搾取」や「児童労働」など社会的課題の解決へと繋がります。

5. 寄付付き商品の購入

寄付付き商品とは、売上の数%が環境保護や社会貢献活動などに充てられる商品です。寄付先などは商品やサービスによって異なるため、関心のある寄付先を選ぶことができます。

6. 伝統工芸品を購入する

日本の伝統工芸品は、後継者不足や需要の減少により失われつつあります。これらの商品を購入することは、日本の文化を守り、持続していくことにつながります。また、伝統工芸品の多くは、天然素材を用いて手作業で作られており、**環境への負荷が少ない**ため、非常にサステナブルな商品でもあるのです。



サステナビリティのヒント

サロンでのサステナビリティ

【日常生活で取り組めるエシカル消費】

『環境への負荷が少ない商品を購入する』

7. 代替肉

代替肉とは、「大豆ミート」「ソイミート」「フェイクミート」「大豆肉」「疑似肉」などと呼ばれており、大豆などの植物性の原料から作られた食品です。近年、牛をはじめとした家畜の飼料に、土地や水、穀物が大量に必要で環境への負荷が大きいことが問題となっています。また、家畜の排せつ物による悪臭や水質汚染などについても問題視する声が多く上がっています。食事の一部を代替肉に切り替えることによって、環境負荷軽減に貢献できます。

8. 持続可能な水産物

世界における水産資源の3分の1以上が、持続可能なレベルを超えて過剰に乱獲されています。また、養殖業においても、労働者の権利が守られていないケースや、適切な管理を行っておらず海洋資源に悪影響を及ぼしているケースが存在します。海洋資源の保護や労働者の権利を確保するためにも、認証ラベルである「MSC（海のエコラベル）」や「ASCラベル」が付いた水産物を積極的に購入することが大切です。

9. FSC認証紙を使用した紙製品

違法な伐採などによる森林破壊が、世界中で大きな社会問題となっています。野生生物の絶滅や、気候変動への影響など、森林破壊によって生み出される被害は非常に深刻な問題です。トイレットペーパーやコピー用紙などの木材を原料とする紙製品を購入する際は、FSC認証紙を使用した商品を購入することで、森林の保護へとつながります。



サステナビリティのヒント

サロンでのサステナビリティ

【日常生活で取り組めるエシカル消費】

『プラスチックの使用を減らす』

プラスチックの海洋流出は、非常に深刻な国際的問題です。世界の海ではマイクロプラスチック（廃棄プラスチックが粉碎されることにより発生する、微細なプラスチックの欠片）が非常に多く浮遊しており、自然環境や海洋生物に悪影響を及ぼしています。プラスチックの使用自体を減らすことも、エシカル消費のひとつであり、消費者が意識すべき大切な取り組みです。

10. マイバックを持参する

日本国内で年間に流通するレジ袋の枚数は約400億枚と推定されており、1人当たり1日1枚のビニール袋を消費している計算に当たります。マイバックを持参することで、多くのプラスチックごみ削減につながります。

11. スプーンやストローなどの使い捨てプラスチックの使用を減らす

2022年4月から、スプーンやストローなどの使い捨てプラスチック製品12品目を対象とした「プラスチック資源循環法」により、小売店や宿泊施設・飲食店などに対し、削減に向けた取り組みが義務化されました。これら店舗・施設が提供してきた使い捨てプラスチック製品は、年間5トン以上にも上ります。プラスチックごみを削減するには、消費者の理解や協力が必要です。



サロンでのサステナビリティ

【日常生活で取り組めるエシカル消費】

『プラスチックの使用を減らす』

12. 簡易包装の商品を選ぶ

日本は過剰包装の傾向が強く、食品では何重もの包装がされているケースも珍しくありません。日本で年間に排出されるプラスチックごみの68%を包装プラスチックが占めており、簡易包装された商品を優先して購入することが、過剰包装の文化を終わらせるきっかけになります。

13. マイボトルを使用し、ペットボトルの使用を控える

日本における年間のペットボトル生産量は、244億本にも上ります。そのうち9割が回収されていますが、ペットボトルの循環割合は1割程度に留まっているのが現状です。ペットボトルの生産には多くの石油が使用されているため、マイボトルを使用しペットボトルの購入を減らすことが天然資源の保護につながります。



サロンでのサステナビリティ

【日常生活で取り組めるエシカル消費】

『資源を無駄なく使う』

資源は有限であり、このまま大量生産・大量消費が続けば、いずれ枯渇してしまう可能性があります。資源を無駄なく効率的に使うことが、持続可能な消費へとつながります。

14. リユース・リデュース・リサイクルの3Rを意識する

➤ リユース

一度使ったものをゴミとして廃棄せずに、再び利用することです。リユースの例としては、リサイクルショップや古着屋、フリマアプリの利用や、再使用可能なガラス瓶容器の商品を選ぶといった方法が挙げられます。不用品をすぐに廃棄せず、再利用する方法を考えることが大切です。

➤ リデュース

使う資源やごみの量を減らす行動がリデュースです。無駄なものを買わないようにすることや、ものを大切に長く使用することなどが、リデュースに当たります。

➤ リサイクル

リサイクルは、使い終わったものを資源として、新しい製品の生産に使用することです。リサイクルを行うためには、自治体のごみ分別ルールを守ってゴミを出す、使用しなくなった家電はメーカーやお店に引き取ってもらうなど、ルールに沿った廃棄が必要です。



サロンでのサステナビリティ

【日常生活で取り組めるエシカル消費】

『資源を無駄なく使う』

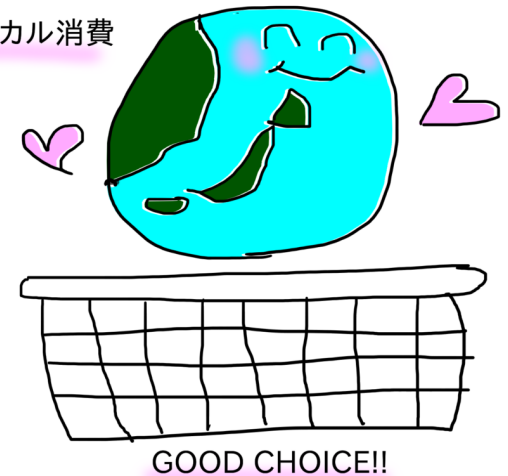
15. 節電や節水、省エネを心がける

エネルギーも有限であり、効率的に無駄なく使用することが大切です。こまめに「電気を消す」「水道を止める」ことや、省エネ家電を利用した「エネルギー消費量を抑える」ことなどが、持続可能なエネルギーの使用につながります。

16. 再生可能エネルギーを利用する

再生可能エネルギーとは、太陽光や風力、地熱などの常に自然界に存在するエネルギーです。再生可能エネルギーは、「二酸化炭素を排出しない」「枯渴することがない」といった特徴を持っており、低炭素で環境に負荷がかからない新たなエネルギーとして期待されています。一般家庭では、太陽光発電の導入などにより、再生可能エネルギーを使用できます。

エシカル消費



サロンでのサステナビリティ

【日常生活で取り組めるエシカル消費】

『食品ロスを減らす』

2019年の日本における「食品ロス」の量は年間570万トンにも上り、本来食べられるはずの食品が大量に廃棄されています。食品ロスの内、46%は各家庭から発生する「家庭系食品ロス」であり、食品の廃棄を減らす意識が必要です。

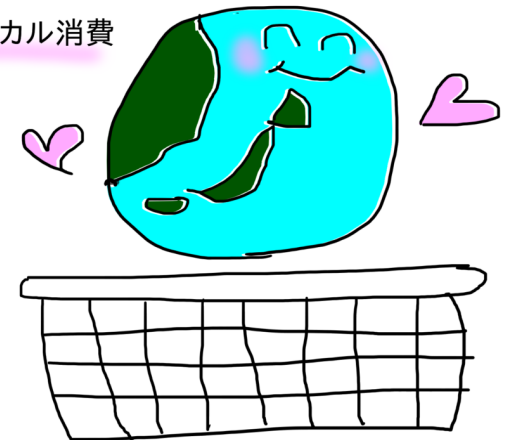
17. 食べきれぬ量を考え、食品を購入する

極力まとめ買いを避けて、食べ切れる分だけの食材を購入することが大切です。また、買い物の前に必要な食材をメモしておき、無駄なものは購入しないようにするなどといった工夫も、食品ロス削減につながります。

18. 食品購入時は、手前に陳列されているものから取る

スーパーやコンビニの店頭では、賞味期限が近いものが手前に並んでいます。商品購入の際に棚の奥から取ってしまうと、手前にある商品の廃棄や返品処理につながり、食品ロスの原因となります。すぐに使う予定のある食品は、極力手前から取ることで、食品の廃棄を減らせます。

エシカル消費



GOOD CHOICE!!

サステナビリティのヒント

サロンでのサステナビリティ

【日常生活で取り組めるエシカル消費】

『食品ロスを減らす』

19. 野菜の茎や皮を捨てずに利用するなど、エコなレシピを参考にする

野菜の茎や皮も料理に使える大切な食材です。捨てる前に「本当に食べられないのか」「使える方法はないのか」などを考え意識することが、食品ロスの軽減に繋がります。

20. 規格外の野菜を積極的に購入する

形が悪く規格外であることを理由に、市場に出回らず廃棄されている野菜が数多くあります。自然のものである野菜は、全てが規格通りに栽培できるわけではないため、廃棄を減らすには、消費者が形を気にせず購入する意識を持つことが大切です。



エシカル消費は、消費者一人ひとりが正しいと思う消費の形を意識して、取り組むことが大切です。近年、SDGsへの関心が高まることで、エシカル消費も注目を浴びており、国や企業なども多くの取り組みを実施しています。持続可能な消費のためにも、消費者がそれらの取り組みの意図を理解したうえで、積極的に日常生活に取り入れていく必要があります。

まずは自身で考えられることから行動していくが、よりよい社会をつくるための第一歩となるでしょう。