

日本でくらす



わたしたちの

食料を考える



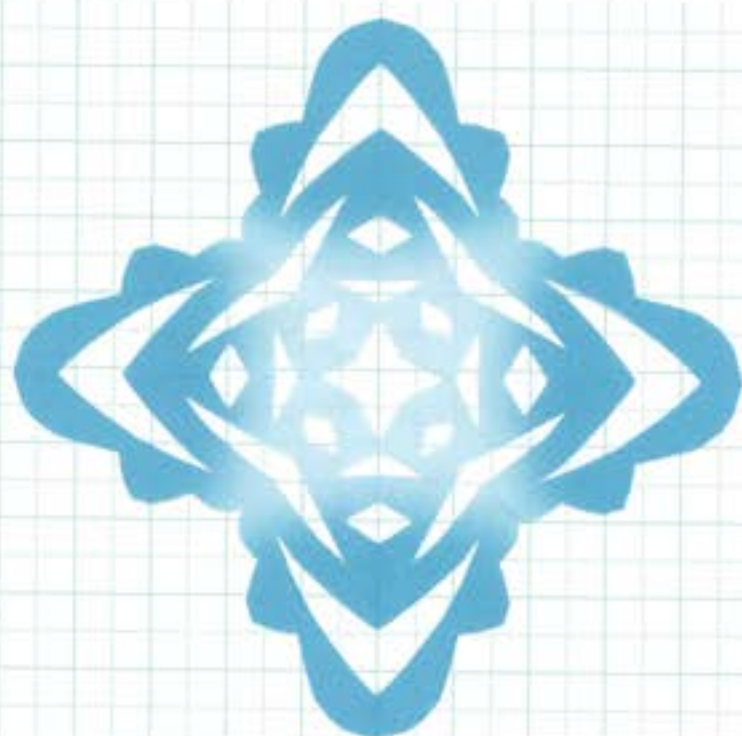
加彩平大



正航平大



★ 目次



ページ

内容

1

目次

2

はじめに

3

世界のきか

4

日本の食品ロス

5

世界の水

6、7

日本の食料自給りつ

8

賞味期限と消費期限のちがい

9

世界の水産資源

10

日本のエネルギー

11

参考にした資料

12

調べて分かったこと

13、14

私たちができることを考える

15

SDGsのレポートに取り組んで





はじめに

日本でもくろすわたしたちは、毎日お茶わん1ぱい分、おにぎり1個分の食べ物をすてているそうです。とても悲しい現実で、なんとかしなければいけない課題だと思えます。

昨年度の冬休み、わたしはSDGsについて調べました。世界を見ると、10人中1人が「きが」という「おなかが空いている状態がずっと続く」という、わたしたちには想像もつかない状況にいることが分かりました。そして、5才になる前になくなる子どもが、6秒に1人、年間で約520万もいるのです。1人1人が大切な命なのに、です。

わたしも家族も、買い物や食べ方を工夫して食品ロスを出さないように気を付けています。「知る」ことによつて、わたしたちは行動を変えていくことができるのだと思えます。

そのため今回は、弟とい、しよに「食料」をテーマに、わたしたちがこれからもくろしていく日本がかかえる問題を考えていきたいと思えます。おじいちゃんやおばあちゃんは戦争が終わつてすぐ生まれた世代です。食料が不足していたそうです。「食べ物をそ末にするとはちが当たる」と教わつたそうです。ウクライナしんこうや円安が続く今、行動を変えていかないと取り返しがつかないことになると思ふからです。

2022年 10月15日(土)の  
朝日新聞朝刊1面  
にけいさいされて  
いた広告です。

政府広報 | 消費者庁

**STOP! 食品ロス**

1人あたり毎日おにぎり1個分の食べものが捨てられています

買いすぎない  作りすぎない  
 食べ残さない

詳しくは▼

食品ロス・ゼロ





きが 世界全体の人口のうち、十分に食事ができ  
ないきが状態にある人はどれぐらいいるか？

→ 10人中1人

きが

おなががすいている状態がず。と続くこと。

世界のきが状態にある人の数

2020年

世界の人口、約77億9500万人

きが人口、約7億6800万人 (すい計)

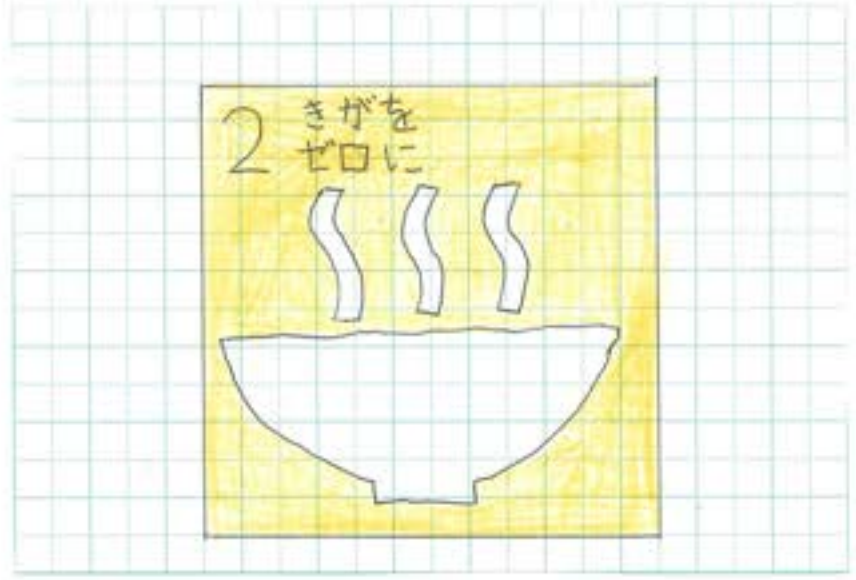
出典国際連合食りょう農業機関

参考総務省統計局「世界の統計2022」

世界で8億人近い人々が、今日食べるものがなく、明日からも食糧物が手に入らなくなる状態にいる。

い常気象による自然災害の増加や、紛争の他、新がたコロナウイルス 感せんかく大のえいきょうも大きい。きが人口は、さらに増えることが予想される。

5さい未満の子どもの4人に1人は栄養不足で十分に成長できていないといわれています。





★  
食品ロス 日本で毎日捨てられている食べ物の量は、  
一人あたりどれくらいか？

→ お茶わん1杯分くらい

1年間の食品ロス

約522万トンニ東京ドーム4個分(2020年度)

家庭からのはいき... 247万トン

工場や店のはいき... 275万トン

東京ドーム(体積 約124万 $m^3$ )

出典:農林水産省HP

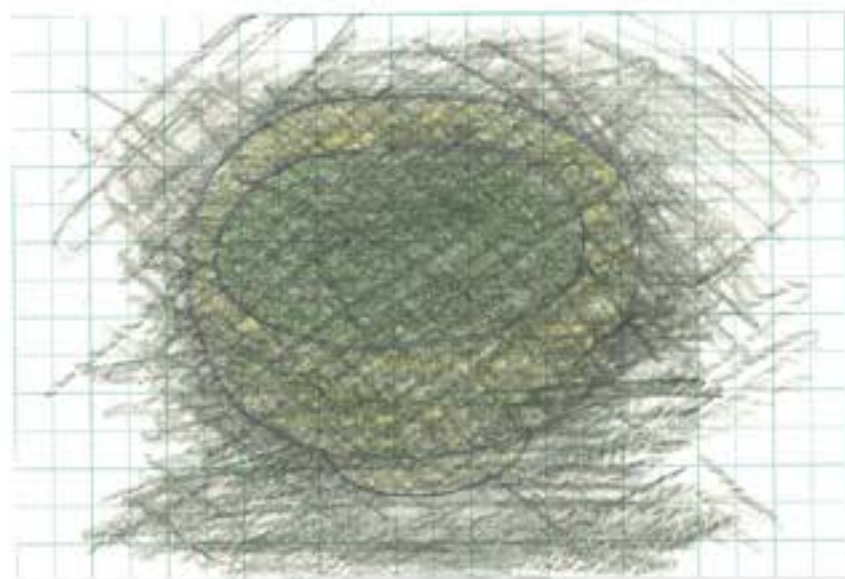
食品ロス

まだ食べられるのに捨てられる食品のことを食品ロスという。食べ残しや買いすぎでくさらせてしまったり食品、コンビニやスーパーマーケットの売れ残りなどもふくまれている。

食品ロスをゴミとして処理するためにはお金がかかるし、もやすことで二酸化炭素が発生するなど、かん境への負担も大きくなる。

家庭で発生するものは私たちの努力で少なくできるはずだ。

まだ食べられるものをた  
くさん捨ててしまうこと  
は、とても悲しいことだ  
と思います。





★ 水 例えは 200g のアメリカ産ステーキを日本  
で食べると  
→ 水を4000L使う

ステーキとなる牛を育てるためには、牛が飲む  
水が必要なだけでなく、エサとなるトウモロコシ  
を育てるためにも水が使われている。

ゆ入している食料を自国で生産した場合に必要な  
水の量のことを、バーチャルウォーター（仮想  
水）という。

kgのトウモロコシを生産するのに必要な水の  
量は、1800L。つまり、トウモロコシを1kgゆ入  
すると、1800Lのバーチャルウォーターをゆ入し  
たことになる。

日本は、国内で消費する食料のうち多くをゆ入  
しているため、たくさんのバーチャルウォーター  
をゆ入していることになる。

水は、人間が生きていくために、絶対に必要な  
ものです。また水は、人々の命と健康を支えるだ  
けでなく、農業・工業などの産業にも必要です。

ちく産物については、エサとなるトウモロコシ  
や牧草を、日本はゆ入にたよっています。

食べ物をそ末にすること  
は、大切な水を大量に無  
だにすることにな、てい  
るのです。



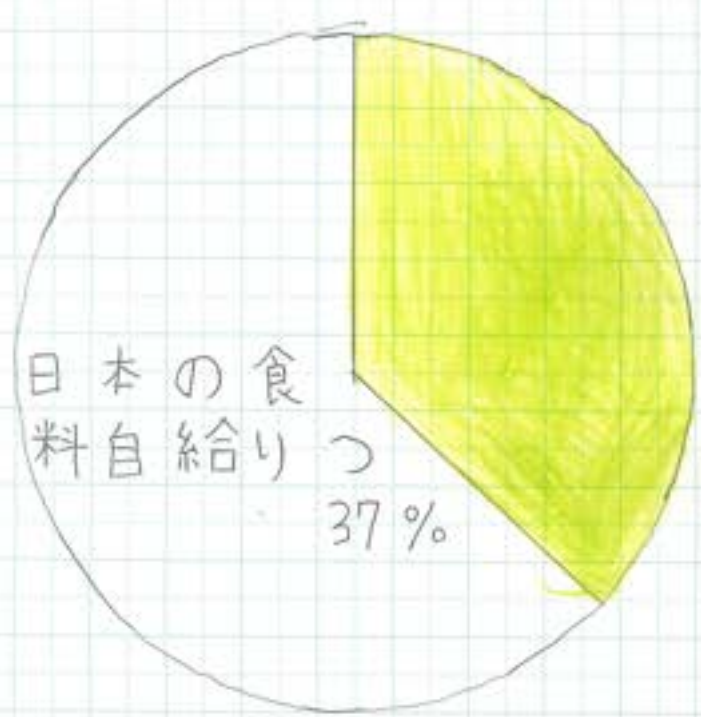


自給りつ 日本で消ひされる食料のうち、日本国内で  
つくられているものの割合はどれぐらい？  
 → 37% (カロリーベース)

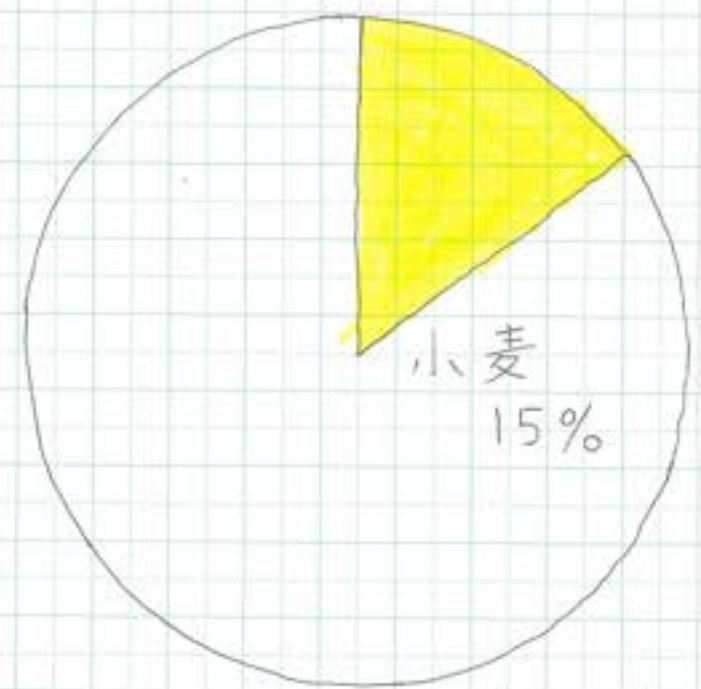
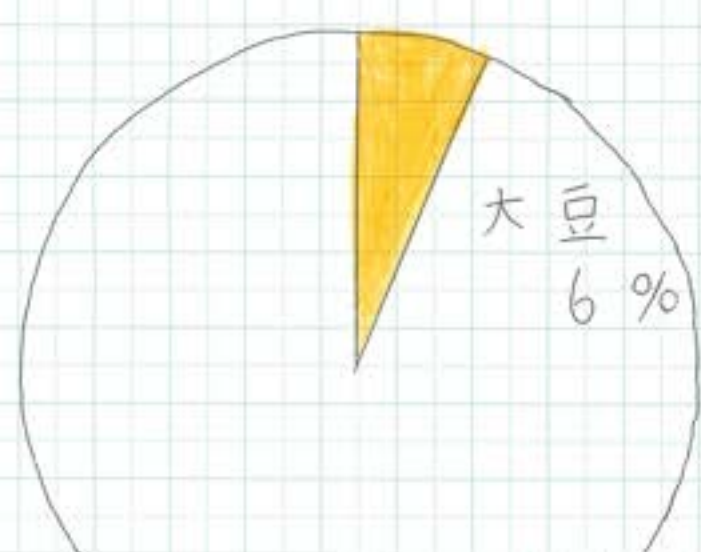
出典 農林水産省「知、てる？日本の食料事情2022」

日本は食料の多くを海外からのゆ入に頼、てい  
る。

もし 災害や戦争などが起こ、て ゆ入がストップ、  
 すると、日本はたちまち食料不足にな、てしま、う。

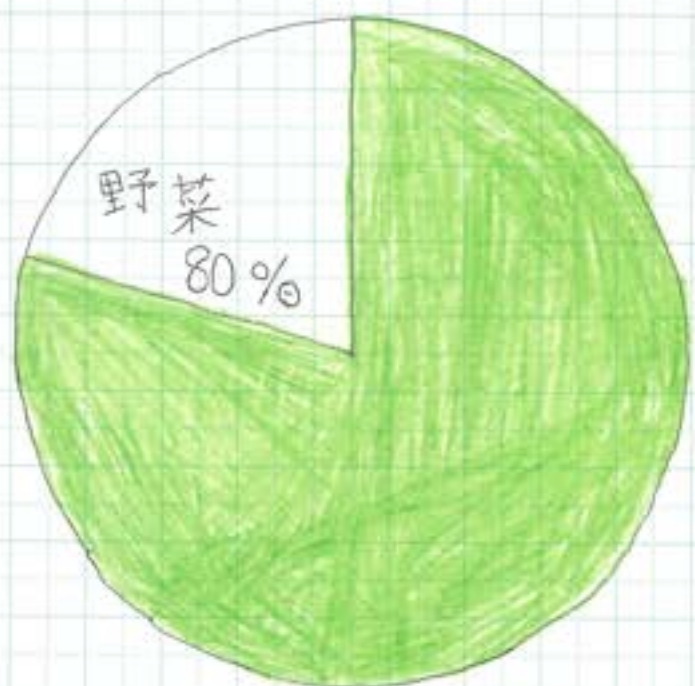
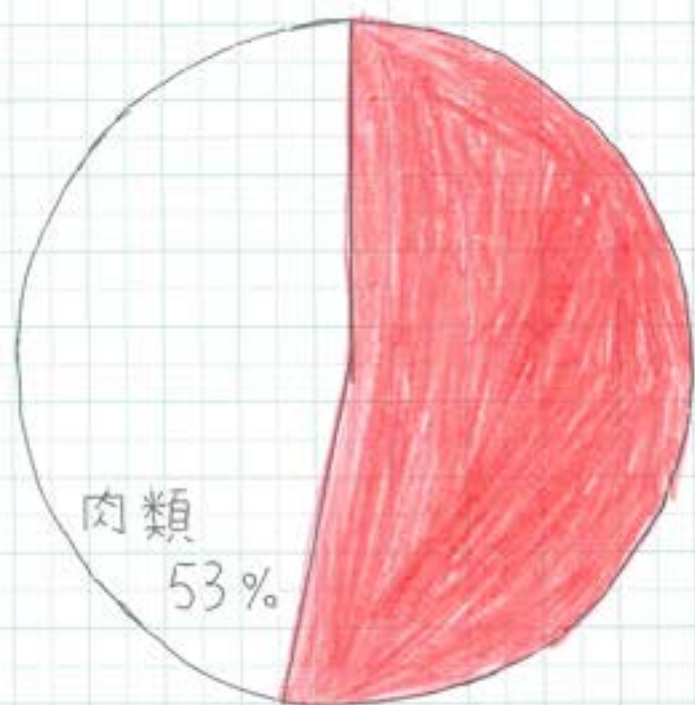
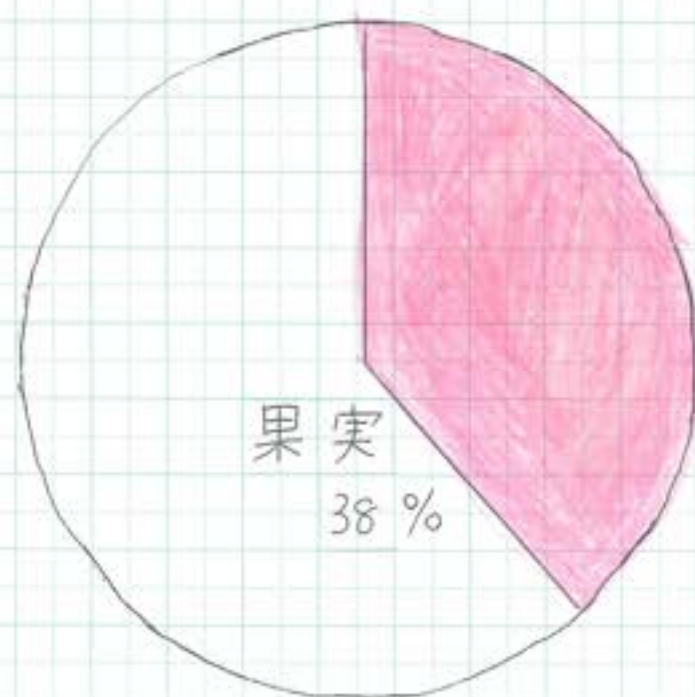
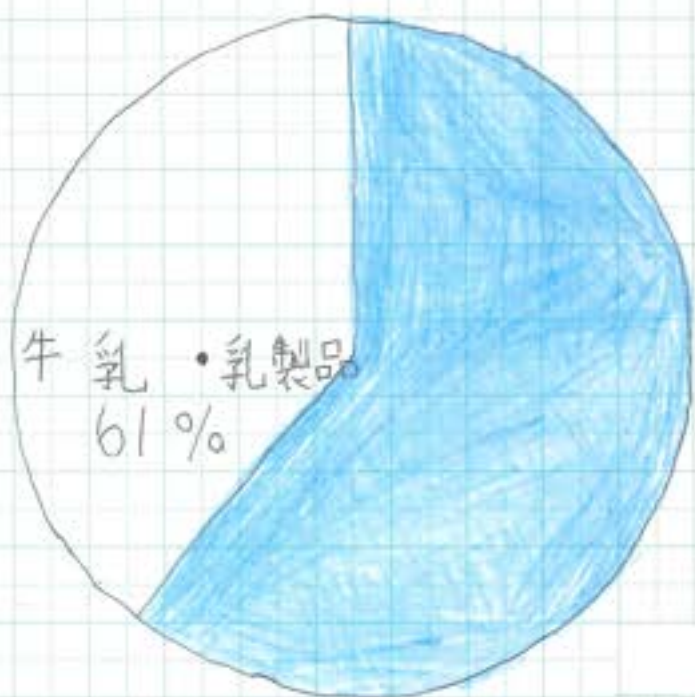


ロシアによるウクライナ  
 しんこうのえいきょうも  
 あり、食料のゆ入へのけ  
ねんは増しています。



2010年度以このの 日本の食料自給  
 りつは、30%台で低迷して









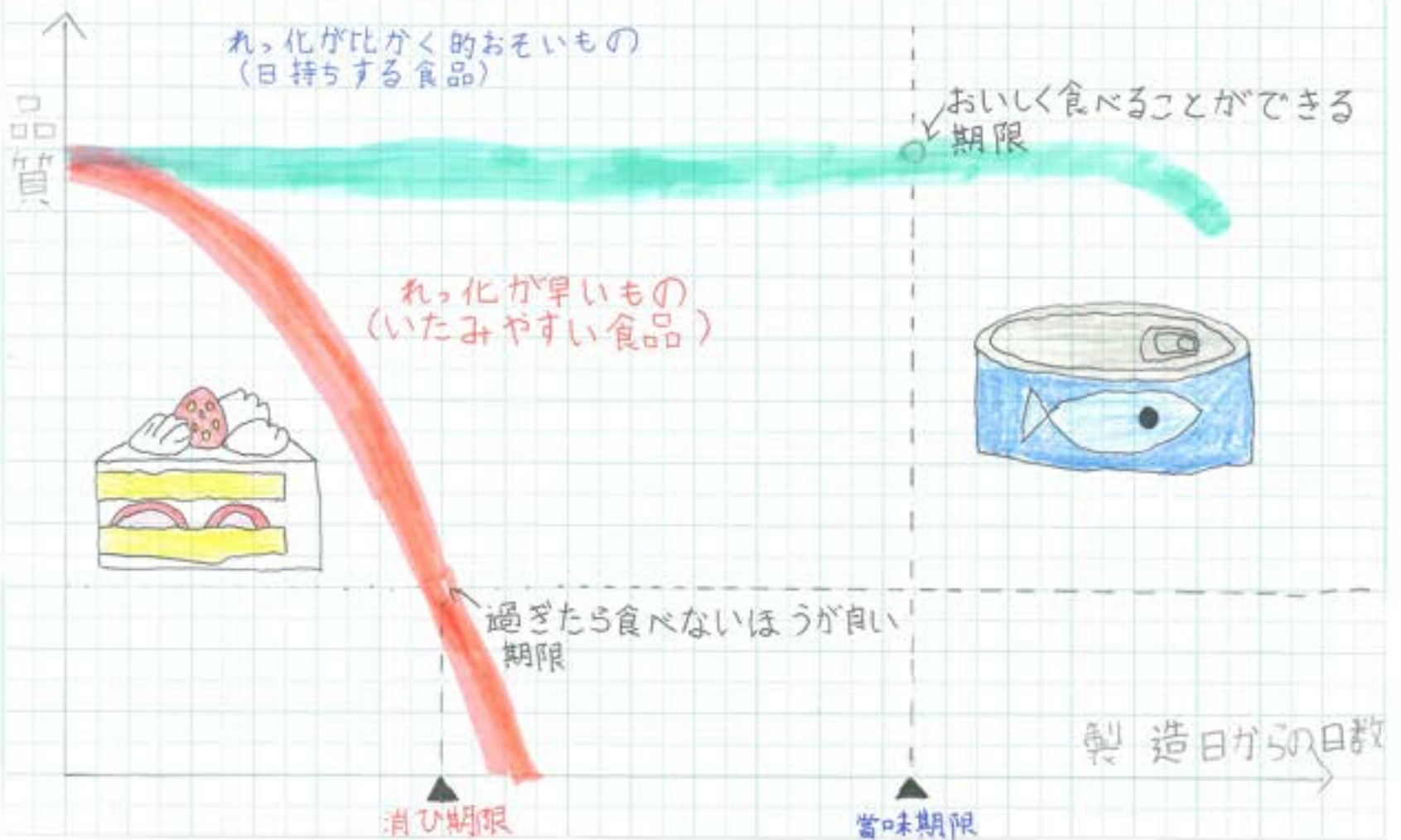
## 賞味期限と消ひ期限のちがい

賞味期限… 「おいしく食べられる期限」だから、  
期限を過ぎても食べられなくなるわけ  
ではない。

消ひ期限… 「安全に食べられる期限」具体的にサ  
ンドイッチ、ケーキなどいたみやすい  
食品に表示されていて、期限を過ぎて  
いたら食べないのが原則

賞味期限を正しく知ることも食品ロスを減らす  
ことにつながるだろう。

## 消ひ期限と賞味期限のちがい

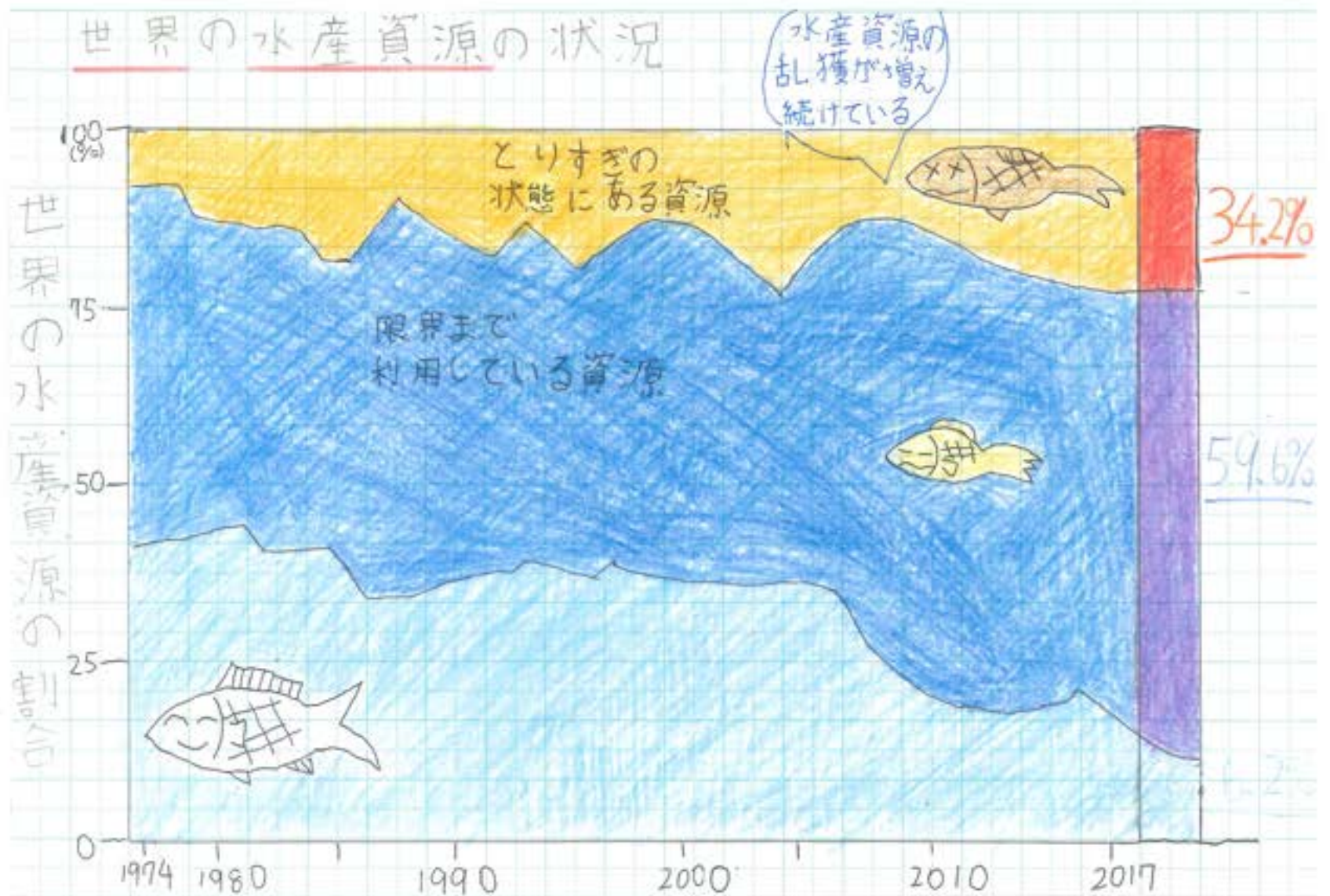




★  
水産資源 魚など、世界の水産資源のうち、まだ十分に利用できるものはどれくらいあるのか  
→ 6%

世界の人々が食べる魚や貝の消費量は、この50年間で2倍にもなった。

世界の魚や貝の約3分の1はとりすぎといわれ、残りのほとんどもギリギリまで取っている状態。





# ★ エネルギー

日本のエネルギー自給りつはどれくらい？

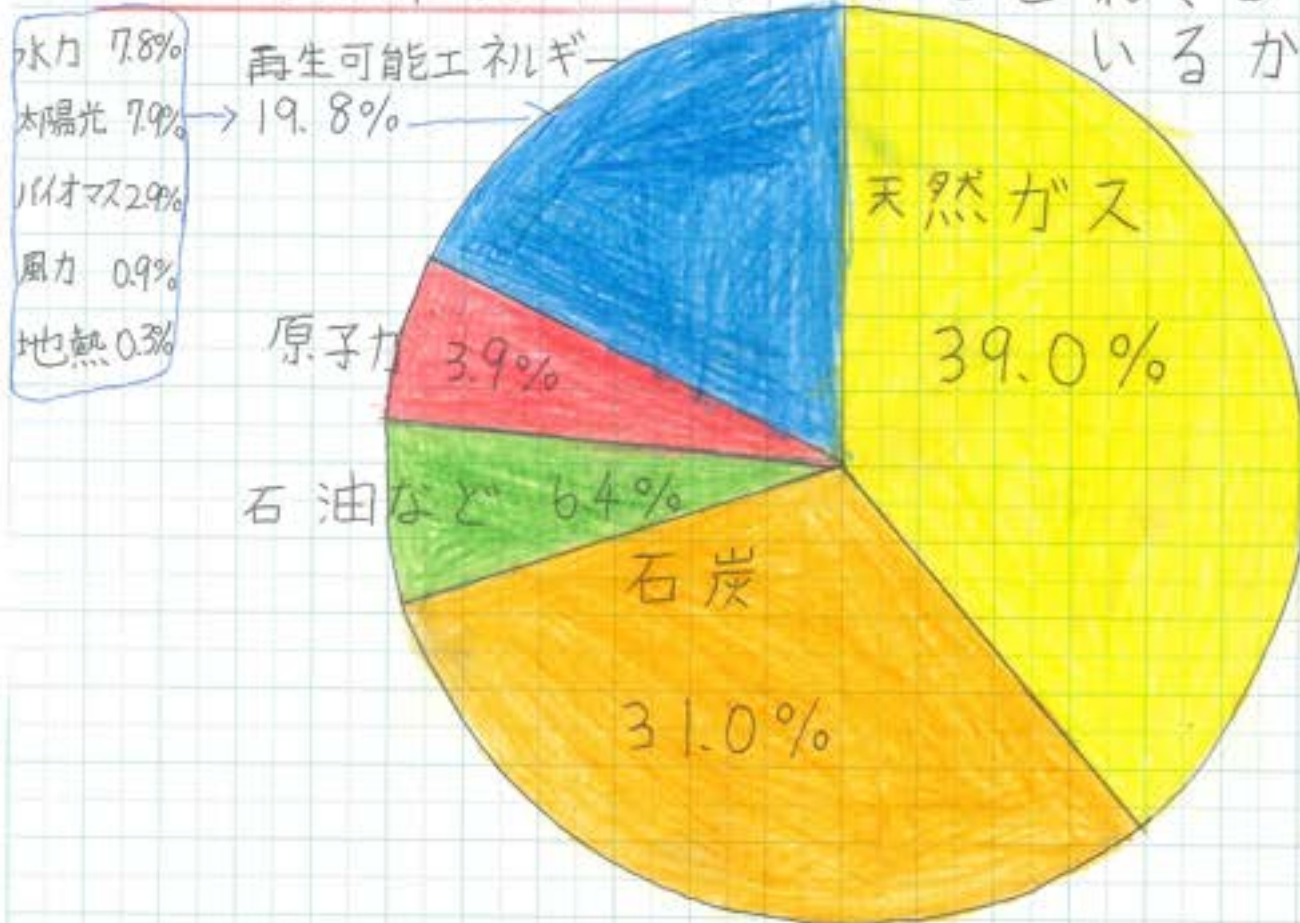
→ 12%

主な国の一次エネルギー自給りつ (2018年)  
出典: 資源エネルギー庁 「2020-日本がかかえているエネルギー問題」

日本のエネルギー自給りつは、先進国の中でもかなり低い。

天然ガス、石油、石炭などのエネルギー資源のほとんどを海外からゆ入している。

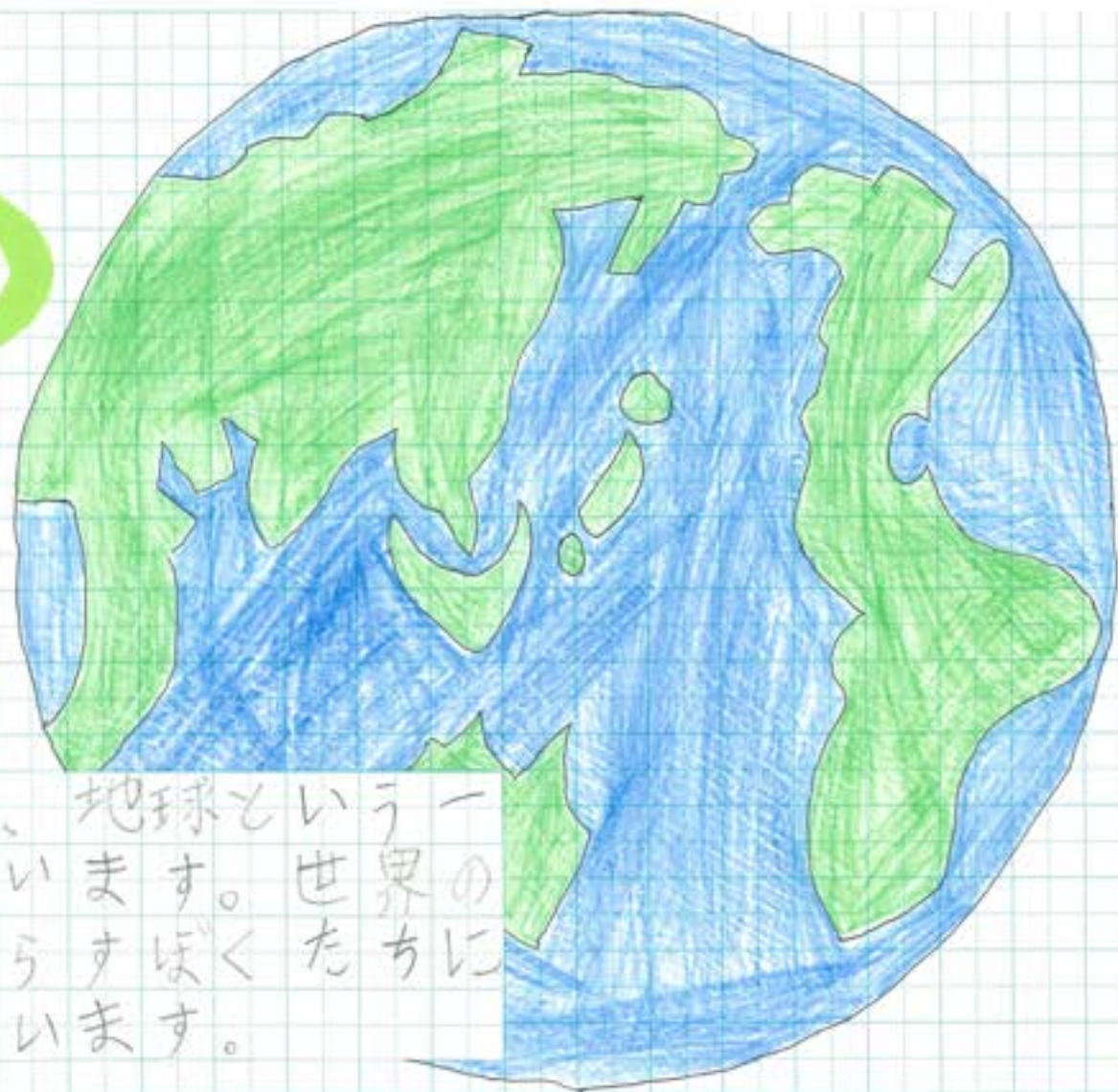
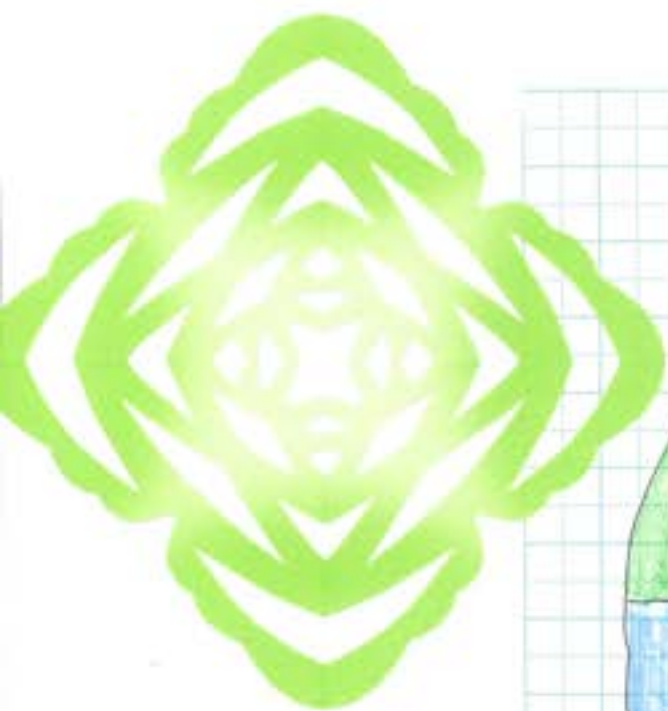
再生可エネルギーは日本でどれくらい使われているか





※参考にしたし料

- こどもSDGs なぜSDGsが必要なのか分かる本 (カンゼン)
- 世界がぐ。と近くなるSDGsとボワラをつなぐ本 (ハンディばん) (学研プラス)
- クイズでわかる地球のためにできること! SDGsのサバイバル (朝日新聞出版)
- 学研の科学特別ムン SDGsのひみつ



ぼくたちはみんな、地球という一つの星でくらしています。世界のきかは、日本でくらすぼくたちにも自分ごとだと思っています。





## 調べて分かったこと

- 世界では、10人中1人がきが状態におちいっている。
- 5さい未満の子どもの4人に1人は栄養不足で十分に成長できていない。
- きが人口は、さらに増えることが予想される。
- 日本の食料自給りつは37%しかなく、多くを海外からのゆ入にたよっている。
- 食べ物を生産するためにはたくさんの水が必要である。
- 日本で毎日すてられている食べ物の量は、1人あたりお茶わん1ぱい分。
- 私たちの努力で、まだ食べられるものをすてることをなくしていきたい。
- 賞味期限と消ひ期限についてを正しく理解しておきたい。
- 日本人がよく食べている水産資源も、き機的な状況にある。
- 日本は、エネルギー資源のほとんどを海外からのゆ入にたよっている。
- 日本でくらす私たちは、食べ物を無だにして良い状況ではない。なんとかして、未来のために変えていかなければならない。





## 私たちができることを考える

具体的に私たちが食料を大切にするためにできることを、家、スーパー、外食に分けて考えていこうと思います。

### ①家

- 冷蔵庫や食品などはきれいにかたづける。
- 食事やおやつは食べられる量を準備する。
- 食べ残しや食材のはいきなどをしない。
- 苦手な食材は家族で協力して食べる。好ききらいは仕方なくても、助け合うことができる。
- フードドライブに食品をきふする。
- 家で野菜を育てる。
- 地元でつくられたり、国産の食べ物を選ぶようにする。

私と弟は、毎週「読売KODOMO新聞」を読んでいます。夏休み中8月18日(木)の記事に、ショックなニュースを見つけました。日本は、食べ物を無だにし続けてはいけない国だと改めて考えさせられました。



### 国の借金 過去最大

国家の「家計簿」をつけている財務省は8月10日、国の借金が1255兆円を超えたと発表しました。過去最大の金額です。国民1人当たりで計算すると、なんとおおよそ1000万円の借金を背負っていることとなります。

学校を運営したり、橋や道路を作ったり……。国は私たちの生活に欠かせないサービスを提供しています。これらは国民から集めた税金で成り立っています。でも、税金だけでは半分ほど足りず、他は銀行や投資家に借金をすることで賸っています。



高齢者が増えると介護や医療にかかる費用も増す

現在、最もお金がかかるのは医療や介護、子育てといった社会保障に関する費用です。日本では医療や介護をよく利用する高齢者の数が増え続ける一方、バリバリ働く若い世代が減っているため、国の借金がふくらんでいるのです。



## ② スーパー

- 冷蔵庫や食品だなを確認し、こんだてを考えて買い物メモを作、てから出かける。
- 家族で食べきれる量を買う。
- 食品の手前取りを心がける。
- 手に取った商品をもどす時には、元あった場所にもどす。
- ママだけでなく、パパや私たちも時にはスーパーに買い物に行く。実際にたなを見て、買った商品をもち帰る。

## ③ 外食

- ふだんの日は家で食事を食べるようにして、特別な日やお出かけの時の楽しみとして、ルールを守、て外食に行く。
- 家族と話し合、て、みんなが食べられるお店に行く。
- おたん生日などでコース料理をたのむ場合、事前に電話で予約する。
- 料理の注文は、家族で食べ切れる量にする。
- 食べ放題の時でも、よくばりすぎず、食べ切れる量にする。





## SDGsのレポートに取り組んで

私たちが大人になり、子どもたちが産まれたら、いたい何を食べているのでしょうか？ 食べ物は、私たちが生きていくためにかかせないものです。

2021年、世界の人口は約78億7500万人となりました。私たちが子どもが読む本や新聞で、「こん虫食を目にすることが増えていきます。コオロギ、アリ、セミ、コガネムシなどが現実的だそうです。でも、私たちもお肉やお魚を食べ続けたいです。

SDGsは、自分のこととして考えていくことが大切です。最近、世の中でSDGsへの認知度や取り組みが高まっているように思います。とても良いことだと思います。

今のままの日本では、世界できがに苦しむたくさんの子どもたちに申しわけがたちません。そして、顔向けができません。も、たいないことをし続けていたら、日本の未来は暗いでしょう。

私には医りょうの分野で人の命を助けるという夢、弟にはロボットの研究で人の役に立ちたいという夢があります。私たちが子どもが夢を実現できる国として、私たちがくらす日本があり続けてほしいです。

そのためには、現状を正しく知ることによ、て、行動を変えていきましよう。日本でくらす私たち一人一人が、より良い方向に進めていきましよう。