

## 知っていますか？ 食べ物と地球温暖化の関係

2023年の夏はとても暑く、日本の6月から8月の平均気温は、1989年の統計開始以来、最も高くなりました。

ところで、地球温暖化の原因と言われている二酸化炭素をはじめとした温室効果ガスのうち、食べ物に関するものが約3割を占めているということを知っていますか。人は食べないで生きることができませんが、何を食べるのか、どうやって食べるのかによって、環境に与える影響が変わってきます。



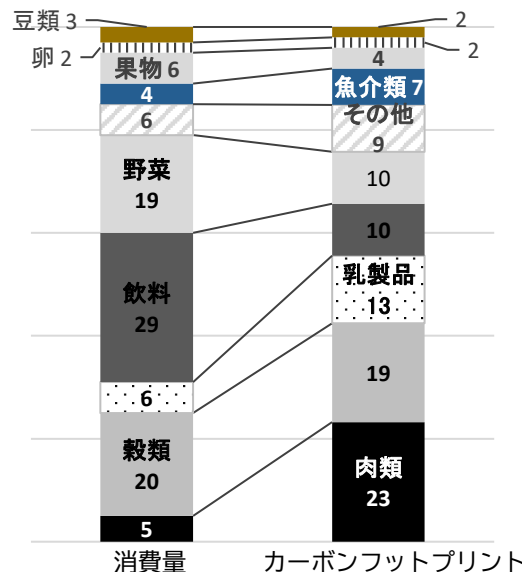
大和市気候非常事態宣言  
ロゴマーク

## 環境にやさしい食べ物とは？

ものが作られ、あなたのもとに運ばれて、捨てられるまでに排出される温室効果ガスの量を、二酸化炭素の量に換算したものを「カーボンフットプリント」と言います。

右のグラフを見ると、1年間の肉類の消費量は全体の5%（左のグラフ）ですが、カーボンフットプリントは全体の約23%（右のグラフ）を占めています。一方、豆類の1年間の消費量は全体の約3%で、カーボンフットプリントは全体の約2%となっています。

日本人の食に関連するカーボンフットプリント  
及び物的消費量の割合（%）



資料：公益財団法人地球環境戦略機関（IGES）「1.5℃ライフスタイルー脱炭素型の暮らしを実現する選択肢-」をもとに作成

牛肉パティのハンバーガー1個の温室効果ガス排出量は、大豆ミートパティのハンバーガーの約3倍とされています。



野菜や果物は、地産地消（近くで採れたものを食べる）や季節に合った旬のものを選ぶことで、さらに環境にやさしくなります。

## 環境にやさしい食べ方とは？

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられる食品のこと。2021年度の日本の食品ロスの量は約523万トンで、1日で1人あたりおにぎり一個分の量のご飯（約114g）を捨てているのと同じこととなります。食品ロスは、水分の多い生ごみとして焼却処分されることで、温室効果ガスを排出します。必要なものだけを買って、食べきれぬ分だけを作りましょう。

**食品ロス**  
約半分は家庭から  
食品ロスを減らす3箇条



裏面を見て、1週間、環境にやさしい行動にチャレンジしよう。

①今までのチェック	今までの行動をふりかえり、4つ（いつもできている・半分以上できている・半分よりできていない・できていない）の中からあてはまるものに○をしましょう。
②取り組んでみよう	項目を意識して、1週間チャレンジしましょう。 チャレンジできた日に○をしましょう。
③達成できた日数の記入	取組みに応じて、達成できた日数に○をしましょう。 対応する削減量を確認し、効果の大きさに違いがあることを感じましょう。

分からないことがあったら、大和市 環境総務課へお問い合わせください。  
電話：046-260-5493 メール：ems@city.yamto.lg.jp