



アクションプログラム

9. エコショッピングのススメ

スーパーやコンビニなどで買い物をすると、必ずといっていいほど品物を入れるための袋（レジ袋）をもらえます。（最近では、「レジ袋は必要ですか？」と聞くお店や、レジ袋をもらうのにお金がかかるお店も、だんだん増えてきています。）

また、多くの食品は、発泡トレイや食品用ラップなどで包装されています。

レジ袋などの原料は石油です。私たちは、平均して、1人が1年間に300枚近くのレジ袋を使用しており、1年間に使う量を石油にすると日本全体で5億5800万リットル、2リットル入りペットボトルに入れた場合、約2.8億本分（！）の量になります。

つまり、レジ袋を使わなければ、その分の石油を節約できるのです。

みなさんの「レジ袋はいりません。」というひとことが、地球の環境を守ることにつながります。

ここでは、品物の包装について考え、買い物をする時の包装を減らす作戦に挑戦してみましょう。

用意するもの

ワークシート、筆記用具

すすめ方

包装を調べよう

一回の買い物で、どのくらいレジ袋や発泡トレイ、食品用ラップがあるかな？その中で、無くて良いと思うものはどれかな？調べてみよう。



包装を考えてみよう

品物によって、無ければ困る包装と、無くて良い包装があるよ。考えてみよう。また、レジ袋や包装を減らすために、お店でもいろいろな取り組みをしているよ。お店の人に聞いたりして調べてみよう。



包装を減らそう

レジ袋や発泡トレイなどの包装を減らす買い物の作戦をたてて、エコクッキングの買い物をしよう。

注意点・工夫

■お店の人に話を聞くときは、事前に連絡しておこう。

ワークシート

ほう そう 包装を調べよう

名前 _____

月 _____ 日の買い物でもらった

ぶくろ まい すう
レジ袋の枚数

まい
枚

はっ ぼう
発泡トレイ
の枚数

まい
枚

食品用ラップ
の枚数

まい
枚

ほう そう ぶくろ まい すう
包装袋の枚数

まい
枚

・ 無くて良いと思う包装 { (例) ○○を^つ包んでいた食品用ラップ など }



ほう そう 包装を考えてみよう

無ければ困る包装と、
無くて良い包装があるよね。

ほう そう
包装について。

お店が取り組んでいること。

ほう そう 包装を減らそう

● ほう そう 包装を減らす買い物大作戦

作戦は成功した？
うまくいかなかったことは何かな？