

第4章 責任ある消費を実現しよう



私たちは毎日、何気ない消費行動を繰り返しながら生活していますが、社会にどのような影響を与えているか考えたことがありますか？

例えば、詐欺サイトを見つけた時に「自分はだまされないから、まあいいか…」と終わらせるのではなく、適切な窓口に通報することで、ひょっとすると他の人が被害に遭わずにすむかもしれません。

今、あなたが身につけている服。一体その服はどこで、誰が、どのように作り、どのようにしてあなたのもとに届けられたのでしょうか。自分で意識的に調べない限り、こういった「消費の裏」のことは知ることはないでしょう。しかし、「消費の裏」を知ることはとても大事なことです。なぜなら、そうすることが「貧困問題」「人権問題」「気候変動」「生物多様性」「資源の枯渇」など、今、世界中で緊急課題とされている様々な問題を解決するためのきっかけとなることもあるからです。

また、「持続可能性」という言葉を聞いたことがありますか。私たち人間は誰もが豊かになりたいと願っています。しかしその願いは、地球環境や、人権、平和を視野に入れ、持続可能な形で追求していかなければなりません。どんなに豊かになっても、地球が壊れてしまっては意味がありません。私たちが直面する様々な課題の一つひとつを解決するには、一人ひとりの日々の生活を見直すことから始まります。

このように私たちの消費行動は社会に対して影響力を持っています。一つひとつの選択が与える影響は小さなものであったとしても、その積み重ねが大きな影響力を持つことになります。

本章では、消費行動が社会に与える影響について自覚し、公正かつ持続可能な社会の形成に積極的に参画するためにおさえておきたいキーワードをご紹介します。

KEYWORD #01 消費者市民社会

消費者一人ひとりが、自分だけでなく周りの人々や、将来生まれる人々の状況、内外の社会経済情勢や地球環境にまで思いを馳せて生活し、社会の発展と改善に積極的に参加する社会を意味しています。

KEYWORD #02 SDGs（エスディーゼーズ）

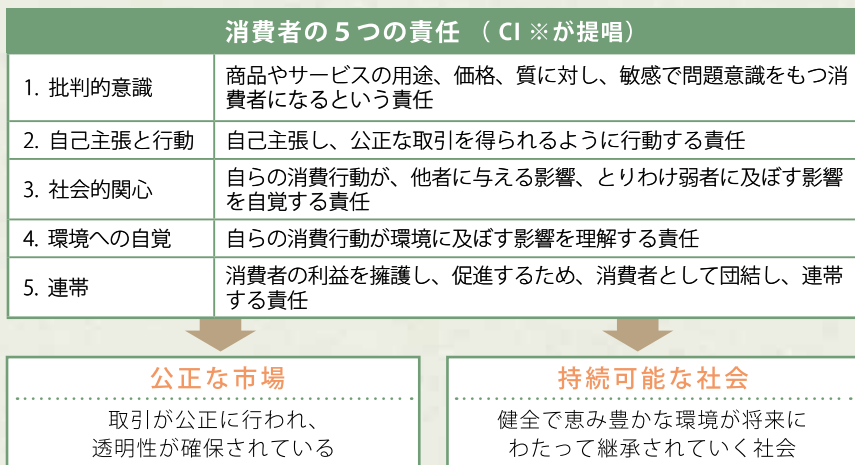
SDGsとは、2015年9月に国連の「持続可能な開発サミット」で採択された持続可能な開発目標のこと。SDGsを通して、貧困に終止符を打ち、地球を保護し、すべての人が平和と豊かさを楽しむことができるようにすることを目指す普遍的な行動が広がっています。



消費者の5つの責任

前述したように、消費者には8つの権利があります。一方で、私たちには消費者としての責任もあることを自覚しなければいけません。

私たち一人ひとりがこれら消費者の責任を果たしていくことが、公正な市場と持続可能な社会実現への貢献につながります。



※ CI（Consumers International） 国際消費者機構
消費者団体の国際的組織であり、消費者問題解決のための国際協力に取組む。

Column 消費者トラブルに巻き込まれたときは、消費生活センターに相談を！

「消費生活センター」は、消費者が日常生活において、トラブルに巻き込まれた時の身近な相談窓口として各地域に設置されています。

一方、2014年度の「消費者意識基本調査」において、過去1年間のうちで消費生活センターへ相談をした経験があるかという設問に対して、97.7%の人が「相談したことはない」と回答しています。この数字が示すように、トラブルに巻き込まれたとき、消費生活センターに相談する人はまだまだ少ない現状があります。

トラブルに遭っても泣き寝入りしてしまうことのないよう、自治体の消費生活センターを積極的に活用してください。相談窓口では、消費生活についての相談や苦情をお聞きして、解決するためのお手伝いをします。無料ですし、秘密は厳守しますので、安心して利用してください。

私たち一人ひとりの行動が公正な取引を実現する

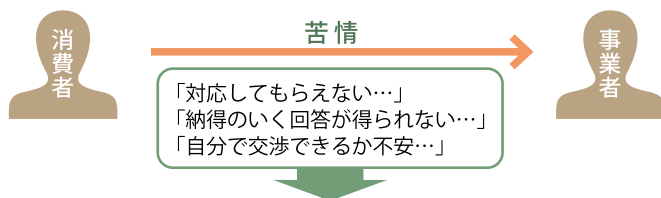
苦情を言うことだって、立派な社会貢献です。

これまで、あなたは消費生活を送るなかでトラブルに遭ったことはありますか？
不満や不快な思いをしたとき、苦情を伝えるのが億劫な気がして、泣き寝入りしていませんか？

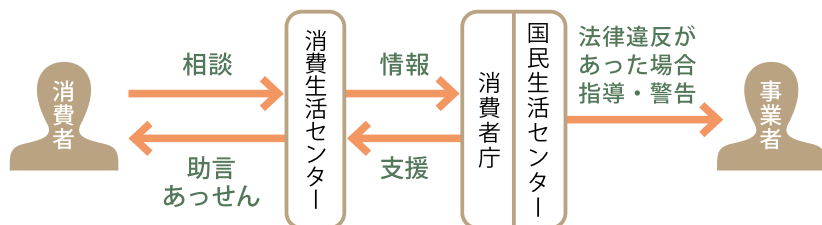
トラブルや事故に巻き込まれたときは、まず事業者に連絡をするようにしましょう。そのうえで、必要に応じて消費生活センターに連絡するようにしましょう。その情報発信が、社会を変える一歩になります。

トラブルが発生した場合の対応

STEP 1 事業者に苦情を伝える



STEP 2 消費生活センターに相談する



消費者の責任を果たすことで公正な市場を実現

- 事業者に連絡・相談したことで被害が回復される
- さらに
- 苦情をもとに、改善がなされ、より良い商品・サービスが生まれる
- 他の消費者が被害に遭わずにすむ（再発防止）

Column 国民生活センターとは？

消費生活に関する情報を全国の消費生活センター等から収集し、消費者被害の未然防止・拡大防止に役立っています。また、消費生活センターなどが行う相談業務を支援しています。

持続可能な社会を目指して わたしたちにできることは何か？

温暖化、オゾン層の破壊、森林資源の減少、希少動物の絶滅など、地球規模での問題が深刻化しています。大量生産・大量消費・大量廃棄の社会に代わって、これからは資源を有効に使う循環型社会への移行が重要な課題です。

大切な資源・環境を守るため、私たち消費者一人ひとりが、「消費の裏」で起きている問題をとらえ、適切な判断（選択）をして、実行に移していくことが重要です。



何気なく購入している商品が出来るまでに
どれだけの代償が支払われている？



私たちの選び方 #01

地球のことを考えて、選ぶ

地球上の資源には限りがあります。しかし世界規模で人口は増加し、それに伴い消費行動も活発になっています。そして、その莫大な消費をまかなうだけの資源（エネルギー、鉱物、水産・森林資源など）を得るために、人間は自然環境を破壊し続けているのです。世界の人々が日本人と同じ生活をした場合は、1年間に地球約3個分の自然資源が必要になるともいわれています。このような地球資源の使い過ぎを止めるために、私たちは何ができるのでしょうか？

たとえば私たちにできること

- ☐ 待機電力が少ない家電製品を選ぶ。日頃の電力消費を削減する。
- ☐ 公共交通機関、自転車など環境にやさしい乗り物を選ぶ。
- ☐ 太陽光発電など再生可能エネルギーを利用する。
- ☐ 3R活動などに積極的に参加する。

高知県内での取組み事例紹介 ①

【特定非営利活動法人 環境の杜こうち】

環境の杜こうちは、県民一人ひとりの生活の中での地球温暖化防止や、地域の環境の保全、改善を実現するために、様々な啓発活動を企画・運営している NPO 法人です。マイバッグの普及を目的とした誰でも参加できるキャンペーン「男も(女も)持つぞ！マイバッグキャンペーン」や、大人も子どもも楽しく参加しながら、温暖化対策や地球環境について学べる「こうち環境博」など、環境や温暖化について様々な催しを通して、楽しく興味を持ってもらえるきっかけづくりに取り組んでいます。

学生の参加、運営ボランティアも随時募集しているとのこと。興味のある方は参加してみても？

KEYWORD #03 地球温暖化

過剰な消費によって最も大きな問題となっていることの一つが、地球温暖化の主因となっている二酸化炭素の排出です。森林や海などの自然が1年間で吸収してくれる二酸化炭素の総量には限界があります。この限界を超えて排出される二酸化炭素は、どこにも吸収されず、大気中にたまり、温暖化を一層悪化させる原因となっています。この二酸化炭素など温室効果ガスの排出は、人類が地球環境にかけている圧力の、半分以上を占めるほど、大きく、深刻な問題になっています。

KEYWORD #04 3 R 活動

地球温暖化を防止するための取組みとして、私たちにできることの一つが3 R 活動です。

3 Rとは「Reduce」「Reuse」「Recycle」の3つの頭文字からできた言葉です。具体的には下図のようなことから3 R活動に取り組むことができます。

また、従来の3 Rに「リフューズ (Refuse)」や「リペア (Repair)」を加えて5 R活動と呼ばれることもあります。

■ Reduce (リデュース)

【減らす】

例：ものを過剰に購入しない。
食物を余らせない。

■ Refuse (リフューズ)

【断る】

例：自分にとって不必要なものなど
ゴミになるものは要りませんと
断る。

■ Reuse (リユース)

【再使用する】

例：使えるものはなるべく再使用する。

■ Repair (リペア)

【修復する】

例：修理して使えるものは修理する。

■ Recycle (リサイクル)

【資源として再利用する】

例：ごみを分別して捨てる。
リサイクルボックスを利用する。

KEYWORD #05 地産地消

住んでいる地域で生産された食料をその地域で消費することを「地産地消」と呼びます。私たち一人ひとりが日々、何気なく購入している食材がどこで生産されているのかを意識し、住んでいる地域で生産された食料を選ぶことで、「安心・安全な食生活」「地域の活性化」「地球温暖化の防止」などを実現することができます。

【地産地消を進めることで生まれる、消費者・生産者・地球（環境）それぞれのメリット】

消費者



新鮮で安心な食材を買うことができる、本来の旬の味を知ることができるなど

生産者



規格外の商品を販売することで無駄がなくなり所得向上につながるなど

地球
(環境)



食料の輸送距離が短く、エネルギーを削減できる
不必要なエネルギー消費 CO2 の排出を抑制につながるなど



私たちの選び方 #02

目の前にある商品の“裏側”を調べて、選ぶ

私たちの消費の裏には、児童労働、貧困、環境保全、アニマル・ウェルフェアといった問題が存在していることがあります。日々、何も考えずに消費するということは、知らず知らずのうちにそれらの問題を悪化させることにつながりかねません。

これらの問題に加担することなく、問題を解決していくために、私たちは何ができるのでしょうか？



たとえば私たちにできること

- ☐ 商品の生産過程を意識的に調べる。
- ☐ フェアトレード商品やさまざまなエコラベル（FSC、MSC、ASC など）の商品について調べ、他の商品と比較する。

FSC：責任ある森林管理のマーク

MSC/ASC：持続可能な水産業でとられた水産物であることを認証する海のエコラベル

高知県内での取組み事例紹介 ② 【Society For Everyone】

高知県立大学のサークルである Society For Everyone（SFE）は「貧困のない、公平な社会」を実現することを目指し、様々な活動をしています。

例えば、SFE は高知県立大学など2つのキャンパスでフェアトレードのチョコレート販売しています。今回取材にこたえてくれた SFE の盛田さんは「私たち学生はみんな世界のことに興味がないわけじゃなく、どうやって行動に移せばいいかがわからずにいるだけなんです。でもチョコレートを買うという身近な行動なら、誰にもでも参加してもらえます。私たちのチョコレートを買ってもらうことで、国際協力や貧困問題、児童労働問題について考えるきっかけになれば。」と SFE の想いを語ってくださいました。



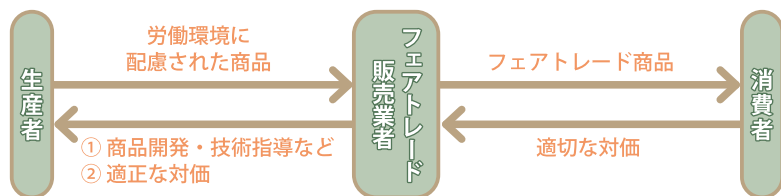
このほかにも、南国市で地元農家と協働して、食と消費と国際協力について考える「ハンガーバンク」を開催するなど、様々な取組みを展開中とのこと。これらの活動に参加しながら、「持続可能な社会実現に向けて日々の生活の中でできることってなんだろう？」ということと一緒に検討してみてもはどうでしょうか？

KEYWORD #06 フェアトレード

開発途上国でつくられた作物や製品を、「適正な価格」で「継続的に取引」することによって、立場の弱い開発途上国の生産者や労働者の生活改善と自立を目指す「貿易のしくみ」のことをフェアトレードと呼びます。そして、このような仕組みで届けられた商品のことをフェアトレード商品と呼びます。

フェアトレード商品には認証ラベルが付いているものもあれば、企業や団体が独自の基準で発展途上国の支援を行うフェアトレード商品もあります。

是非、身の回りのフェアトレードの商品を意識して調べてみてください。



KEYWORD #07 アニマルウェルフェア

焼肉、すき焼き、とんかつ、焼き鳥…

私たち消費者は日々当たり前のように目にする料理ですが、これら豚や鶏などが食卓に並ぶまでに、どのような環境で飼育されているか、考えたことはありますか？



生産効率を高め、安く消費者に提供するため、麻酔なしで歯を抜かれる、尻尾を切られる。など



オスは卵を産まないのので、産まれてすぐに殺される。
メスは狭いゲージの中でひたすら卵を産ませられ続け、産めなくなると「廃鶏」としてごみのように処分される。など

アニマルウェルフェアとは、動物愛護と違って、家畜など人間のために殺される動物に対して、せめて生きている間は生き物としての尊厳に配慮しようという考えで、人間が動物に対して与える痛みやストレスといった苦痛を最小限に抑えることを指します。動物福祉とも訳されます。

アニマルウェルフェアの考え方は欧米を中心に世界中に広がっていますが、日本ではまだ遅れています。

皆さんも「いのち」を消費する立場としての責任を考えてみましょう。





私たちの選び方 #03

食べ物と貧困の関係を考えて、選ぶ

本来人が食事をするために作られた食料。実際にはその3分の1が、人の口に入ることなく、廃棄されてしまっているという事実をあなたは知っていますか？そして食べられるものが捨てられている一方で、今日食べるものにも苦しみ貧困層が拡大しているという矛盾。

日本においても国民の約16%（6人に1人）が貧困状態にあり、子どもの貧困も年々深刻化している中、これらの矛盾を解消していくために、私たちは何ができるのでしょうか？

たとえば私たちにできること

- ☐ 食材は買いすぎず使い切る。
- ☐ 食べ残すことのないよう適量を食べるように心がける。
※「ギガ盛」「メガ盛」などの煽り文句に騙されない！
- ☐ 食べられる食料を廃棄することなく、必要としている人に届ける活動を知り、参加する。

高知県内での取り組み事例紹介 ③ 【フードバンク高知】

フードバンク高知は、高知県内で、包装の傷みなどで、安全に食べられるのに市場に流通できなくなった食料の寄付を受け、福祉施設などに配給するフードバンク活動や、無料または数百円で地域の子どもに対して食事を提供する子ども食堂の立上げから運営の継続支援をしています。

フードバンクや子ども食堂で提供される食料は寄付で成り立っており、多い時は週に1トン近くフードバンク高知に届けられることもあります。県内のいくつかの高校や大学でもフードドライブ活動をして食品を集めてくれています。食料の寄付は、フードバンク高知の他に県内の社会福祉協議会やこうち男女共同参画センター「ソーレ」などにフードドライブBOXを設置しています。余った食料を捨ててしまうのではなく、その食品で救われる人がいるということを覚えておいてください。

KEYWORD #08

食品ロス

パッケージの形が崩れていたり、賞味期限が迫っていたりなどの理由で、安全に食べられるにもかかわらず捨てられてしまう食べ物のことを「食品ロス（フードロス）」と呼びます。世界的に見ると日本における食品ロスの年間量は多く、1年あたり500～800万トンにも上ります。そして、日本の食品ロスの年間量は米の国内年間生産量に匹敵し、世界の食糧支援量の2倍に相当します。

なお、食品ロスの半分にあたる年間約200～400万トンは家庭から発生しています。家庭から食品ロスが出る理由は、「食材の鮮度が低下した」「食材が腐ったりカビが生えた」「賞味期限や消費期限が過ぎた」などがあげられます。

このようなもったいない状態を起こさないためにも、食材は買いすぎない・残った食材は別の料理に使うなど、日常的に食品ロス削減に取り組んでいきましょう。

今日から私たちにできること

ここまで、3つの切り口から、一人ひとりの「選ぶ力」を高めるために知っておいてほしいキーワードや取り組みを紹介してきました。この他にも、消費者市民社会実現に向けてできることがたくさんあります。

消費者一人ひとりの力は弱くても、私たち一人ひとりが日々の選択の中で、環境、人、地域にやさしい商品を選択していくことが大きな力になります。

ここまでのキーワードを踏まえて、“自分にできること”をメモしておきましょう！

KEYWORD #09 グリーン・コンシューマー

直訳すると「緑の消費者」。環境をイメージした緑と、コンシューマー＝消費者を合わせた造語で、「環境を大切にする消費者」と意識されています。誰もが日常的にしている“買い物”を少し変えるだけで、商品の作り手、売り手、ひいては経済全体に影響を与えることができる取り組みです。

KEYWORD #10 エシカル消費

ここまで見てきたように、私たちが日々生活するうえで積み重ねている様々な選択と消費の裏側には深刻な問題があります。これら、世界で起きている深刻な問題を、企業や社会の問題だと目をそらすのではなく、消費者として解決していく一つの手段、それが「エシカル消費」です。

エシカル消費とは、人と社会、地球環境のことを考慮して作られたモノを選ぶ（購入あるいは消費する）ことを指します。

様々な活動に関心を持ち、参加しよう

高知県はもちろん、全国の様々な地域で、消費者市民社会実現に向けた活動が行われています。ぜひ、ご自身の地域でどんな活動が行われているかを調べてみてください。マイバッグ持参を推進するキャンペーンといったすぐに取り組めるものから、地球の資源について考えるものまで、様々な活動があるはずです。

まずは、これらの活動に対して、関心を持つこと。そして、これらの活動に参加し、なぜ、それらの活動が必要とされているのかを理解すること。その一歩こそが、あなたの「選ぶ力」を高めていきます。そして、あなたの一つひとつの選択が、社会を変える大きな一歩となります。

相談窓口一覧

【消費者ホットライン】

☎ 188 (いやや)

※最寄りの消費生活相談窓口をご案内します。

※IP電話、PHSからはご利用いただけません。

【高知県立消費生活センター】

☎ 088-824-0999

高知市旭町3丁目115

こうち男女共同参画センター「ソーレ」2階

受付時間：日曜日・月曜日から金曜日 9:00～16:45

新成人のためのカシコイ消費者ハンドブック

オトナガク

【発行】

高知県文化生活スポーツ部 県民生活・男女共同参画課

〒780-8570 高知市丸ノ内1丁目2番20号

TEL 088-823-9653 FAX 088-823-9879

【監修】

細川幸一（日本女子大学教授）

【写真提供】

公益財団法人 高知県のいち動物公園協会

表紙：ハシビロコウ

平成29年 第1版発行

平成30年 第1.1版改訂

令和元年 第1.2版改訂

令和2年 第1.3版改訂