



エコなお買い物のススメ

毎日の生活の中で多く消費し、購入の機会が多い食品や日用品。これらのお買い物時に気をつけたいポイントをご紹介します。さっそく今日から取り入れてみましょう!

お買い物に行く前に…

1 家にあるものを把握しよう



家にまだあるものを買ってしまったという経験のある人は意外と多いのでは?あるものを把握しておき、本当に必要なものだけを購入するようにしましょう。

2 お買い物リストを作ろう



本当に必要なもののリストを作りましょう。セール品の衝動買いや unnecessary ものの購入を防ぐことができます。

お買い物へ出発!

自転車や公共交通機関を利用しよう



エネルギー資源の節約とCO₂排出の抑制のために、自家用車での買い物はなるべく減らしましょう。

お買い物中

食品&日用品

1 簡易包装のものを選ぶ



ゴミを減らすため、過剰包装のものは避けましょう。

食品&日用品

2 適量を買おう



お得だからといって大容量のものを買うより、使い切れる小さい容量のものを買う方が、ムダもなく経済的になることがあります。

日用品

3 繰り返し使えるものを選ぶ



充電式の乾電池や詰め替え可能な洗剤を使用することで、エネルギーのムダ遣いやゴミの排出量を減らしましょう。

食品

4 旬のもの、地元のものを選ぶ



旬以外の時期の食材の生産には、たくさんのエネルギーが必要です。また、地元のものを買うことで、輸送に必要なエネルギーを抑えることができます。

お買い物後に…

1 エコバッグに入れて帰ろう



お買い物にはエコバッグを持参しましょう。ゴミやCO₂排出量を減少させることができます。

詳しくはP12へ>>>

2 消費・使用期限を確認しよう



使わないうちの消費期限が過ぎてしまうことがないよう、消費・使用期限をチェックしておきましょう。



小さな心がけが地球を守る

お買い物でエコ!

生活に欠かせないお買い物。小さなポイントを見直すことで、地球環境にもお財布にもやさしいお買い物を目指しましょう!

生活をする中で、欠かすことができないお買い物。近年では、エコバッグを持つて出かけたり、詰め替え商品のよくな環境にやさしい製品を購入するなど、お買い物にもエコな取り組みが定着しつつあります。日用品から食品、そして家電製品まで、様々なお買い物の場面で地球環境について意識したことがある方も多いのではないのでしょうか?
このように、買い物の方法や商品選びを工夫する他にも、ムダなお買い物をしないこともエコなお買い物への取り組みの一つです。タイムセールなどの衝動買いやお買い得な大容量商品の購入を避けて、使うものを使う分だけ買う。当たり前のごとくにも思えますが、ムダをなくするために大切な心がけです。一つ一つの小さなポイントを見直すことで、地球環境だけでなくお財布にもやさしい、一石二鳥のお買い物になりますよ。



エコバッグ持参で資源のムダ遣いを減らそう



私たちは普段の生活の中で、1人あたり1日1枚程度のレジ袋を消費していると言われていました。「1日たった1枚」と感じられるかもしれませんが、積み重なると膨大なエネルギーの消費や「3ミリの排出につながります。」

ご存知ですか? 環境への配慮を示したマーク

環境に配慮していることを示すマーク

- グリーンマーク: 古紙を再生利用した雑誌、トイレペーパー、コピー用紙などについているマーク
- エコマーク: 環境を汚染しない、環境を改善できる商品と認定されたものについているマーク
- 国際エネルギースタープログラムマーク: オフィス機器の稼働時、スリープ・オフ時の消費電力が一定基準を満たす商品につけられるマーク
- 低排出ガス認定車マーク: 排出ガス中の炭化水素、窒素酸化物等が、規制値を下回る車両に付与されるマーク

環境負荷の小さい製品であることを示す「環境マーク」を学んで、ワンランク上のエコなお買い物を目指しましょう。