

食材・ごみの分別・容器包装の視点から

大学祭をエシカルに

食材

(徳島県産のものを多く使用)

- ・ 柚子唐揚げ (徳島県産柚子)
- ・ チュロス (徳島県産米粉)
- ・ すだちジュース (徳島県産すだち)

→ 地産地消につながる

→ 消費者にとっては安心材料に



ごみの分別

- ・ 可燃ごみ、不燃ごみ、ペットボトル、缶、びんの5つに分類
- ・ 学内に数カ所設置



容器包装

- ・ プラスチックではなく、紙のコップ・皿などを使用
- ・ スリーブなど、ごみが少ないものを活用



容器包装 改善点

- ・ 商品の品質と環境配慮の両立
→ 汁物では紙の容器は困難
- ・ 容器に意識を向ける必要性
→ 紙の特性を活かして、デザイン性を高める



鳴潮祭

<https://www.naruto-u.ac.jp/campuslife/02/014.html>



エコロジーに そして エコノミーに

食のエシカル消費を進める。
そのために大切なのは
地産地消に努めること、
容器包装ごみを減らすこと。

食の消費を
エシカルにするキーワードは、

「地産地消」と「ごみ削減」!

学生が実践しやすく、食に対する考え方が
良い方向に変わるような内容をハンドブックに
まとめました。

この2つを実現する
とっておきのアイデアを紹介します。

エ
☆
シ
☆
カ
☆
ル
☆

～鳴門教育大学から
あなたへ～



Naruto University of Education

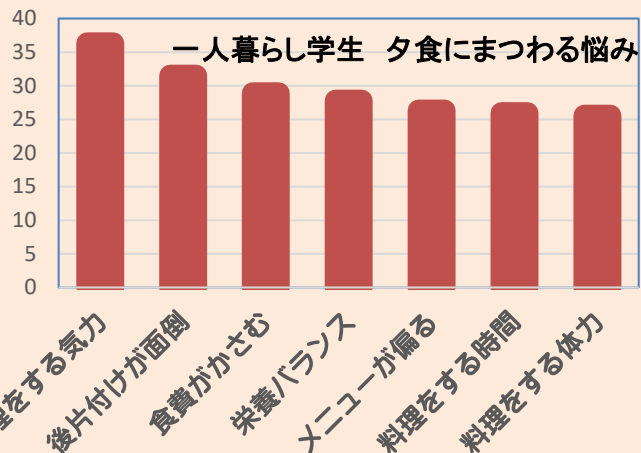
消費者教育推進
プロジェクト



自炊で食をエシカルに

一汁一菜でエシカルを実践！

さらに進めたいこと



マイナビニュース

<https://news.mynavi.jp/article/20230320-2630373/>

一汁一菜だと簡単に
エシカルな自炊ができる！

シンプルで
料理しやすい

地元産
食材の活用

食材・水・容器
のムダがない

健康的な
食事

- ◎資源の効率的な利用と環境負荷の軽減
- ◎社会や環境に配慮した選択
- ◎健康的な食生活と環境保護の両立



一汁一菜セミナー

土井善晴さんが提唱している
「一汁一菜」をもとに、
セミナーを数人に向けて開催
しました。

一汁一菜体験

セミナーをもとに実際に一汁一菜を作った声です。



包丁を使わなかったり、
洗い物が減ったりして
料理のハードルが
下がりました！

必要なことを効率よく
やっている感覚で、
毎日続けられそう！



一汁一菜をやってみた感想

- ・洗い物が減る → 洗剤、水の使用量が減る
- ・余り物で作れる → 食品ロスが減る
- ・地域の食材を手軽に調理して食べられる
- ・自炊に対するハードルが低くなった。



書籍紹介

土井善晴「一汁一菜でよいという提案」
新潮文庫 2021

食堂の活性化

- ・大学祭での活用
- ・メニューの充実化
- ・地産地消により
低価格化



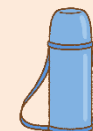
一汁一菜を伝える

- ・パスタやパンなどでも
スタイルの確立が可能
- ・シンプルな自炊で生活
リズムも整う



ウォーターサーバーの活用

- ・各棟に一台ずつウォーター
サーバー数を増やす
- ・ウォーターサーバーの使い方
をわかりやすく紙にまとめる



鳴教家庭科 <https://www.naruto-u.ac.jp/course/home/>