



●トピックス(1~2) ●トラブル事例(3) ●お知らせ(4)

ぼくは「sapo之助」、消費者をサポート(助ける)長崎県消費生活センターのマスコットでござる。



## 減らそう食品ロス・目指そうエシカル消費

「食品ロス」とは、まだ食べられるのにもかかわらず、捨てられてしまうもったいない食品のことをいいます。我が国における「食品ロス」は年間522万トン。このうち半数近くが家庭から出されています。せっかく買った食品の一部を捨てることは、大切なお金を捨てるようなもの!!「食品ロス」を減らすことは家計の4分の1を占める食費の無駄遣いをふせぎ、ゴミも減らせることから環境にも配慮したエシカル消費にもつながります。「食品ロス」減らすためにできることから始めましょう。

### 日本における食品ロスの現状

日本の食品ロス量(令和2年度推計値)  
年間 522万トン 内訳：事業系 275万トン(53%)  
家庭系 247万トン(47%)

国民1人当たりで計算すると、米換算で年間41kg毎日お茶わん1杯・おにぎり1個分弱(113g)の食料を捨てていることになります。

まだ食べられるのに捨てた理由は?

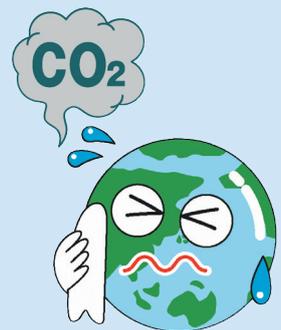
- 1位 食べ残し 57% 調理したけれど食べなかった。
- 2位 傷んでいた 23% 保存していたら、傷んで食べられなくなった。
- 3位 期限切れ 11% 消費期限・賞味期限が切れてしまった。



### 食品ロスが環境に及ぼす影響

食品ロスは一般廃棄物として処理されるため、焼却処理する際に大量の二酸化炭素が排出されます。焼却処理後は処分場で埋め立てられますが、環境省によると最終処分場の寿命はあと20年ほどであるとされています。世界で年間に排出される二酸化炭素の10%を食料廃棄物が占めるといわれています。

ごみ処理費用 2兆1,290億円(令和2年度)  
10トントラックで毎日約1,430台分を廃棄



### エシカル消費と食品ロス削減

エシカル消費とは、地域の活性化や雇用などを含む、人・社会・地域・環境に配慮した消費行動で、私たち消費者に求められています。食品ロスの削減は、環境にやさしく、人や社会・地域への配慮にもつながる消費行動であり、「エシカル消費」の1つです。食品ロス削減においても、「今だけ」「ここだけ」「自分だけ」ではなく未来のこと、地球環境のこと周りの人のことも考えた消費行動を考えてみましょう。

食品ロス削減は  
エシカル消費の  
第一歩だよ!!



## 持続可能な開発目標(SDGs)と食品ロスの削減

SDGsは、国連で採択された2030年までの国際目標で、貧困を撲滅し、持続可能な世界を実現するために、17のゴール(目標)が設定されています。その中で食品ロス削減は、目標12「つくる責任つかう責任」にも「2030年までに小売り・消費レベルにおける世界全体の一人当たりの食料の廃棄を半減させ、収穫後損失などの生産・サプライチェーンにおける食品の損失を減少させる。」と記載されています。



## 食品ロス削減に向けて私たちができること

食品ロスは、日々の食生活の中で、ちょっとした気遣いや行動で減らすことができます。「食品ロスを減らす」ことは、食費の無駄遣いを防ぎ、ごみも減らせるので環境にも配慮できます。食品ロスを減らすため、できることから始めてみましょう。

### 食品ロスを減らす3つのコツ

- 1 買いすぎない**  
家にある食品と照らし合わせて、また、予定を考えて、必要な分だけ買いましょう。
- 2 作りすぎない**  
体調や家族の予定などを考えて、作りすぎないようにしましょう。
- 3 食べ残さない**  
作った料理は、早めにおいしく食べきりましょう。

### 買い物の3原則

- 1 買い物前に手持ちの食材と期限を確認**  
買い置きしてあった食品が、冷蔵庫や食品棚に残っていないか、期限表示と合わせて確認してみましょう。そのうえで、必要な食材をリストアップすれば、同じ食品を購入してしまう失敗もなくなり、無駄もなくなります。
- 2 まとめ買いを避け、必要な分だけ買う**  
いつ食べるのか考えながら、必要な分だけ食材を購入しましょう。食べる予定のない「まとめ売り商品」や特売品などの衝動買いは控えましょう。
- 3 期限表示を知って賢く買う**  
すぐに食べる予定の食品は、商品棚の手前から購入するようにしましょう。特に、その日のうちに使うものや、帰ったらすぐ食べる予定のものは、手前から取ることを習慣にしてみましょう。(手前取り)



## 食品ロス削減についてもっと知りたいときは

消費者庁 食べ物のムダをなくそうプロジェクト

[https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_policy/information/food\\_loss/](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/)

農林水産省 食品ロス・食品リサイクル

[https://www.maff.go.jp/j/shokusan/recycle/syoku\\_loss/index.html](https://www.maff.go.jp/j/shokusan/recycle/syoku_loss/index.html)

環境省 食品ロスポータルサイト

<https://www.env.go.jp/recycle/foodloss/index.html>

## 通信販売の定期購入トラブル



### 相談事例

スマートフォンで動画投稿サイトの「実質無料 初回送料のみ500円」と書かれた広告を見て、サプリメントを注文した。商品が届き、同封されていた書類を確認すると、5回分の受け取りが条件となっている定期購入だった。支払い総額は、約3万円となり高額だ。解約しようと事業者に何度電話してもつながらない。(20代、女性)



### アドバイス

「お試し」「初回限定」などと気軽に購入できる金額だったので申し込むと高額な定期購入だったという通信販売での「定期購入」に関する相談が改正特定商取引法施行後も増加傾向にあります。「2回目の商品が届いて初めて定期購入であることに気づいた」「解約しようと業者に電話してもつながらない」だけでなく、「やっとなつながつても解約を拒否された」「高額な解約料を請求された」というケースが目立ちます。

購入する際は、必ず定期購入になっていないかなど契約内容を確認しましょう。広告の端や一番下に、薄く小さな文字で表示されていることも多いので注意してください。また、通信販売にはクーリング・オフ（無条件契約解除）は適用されません。販売業者が返品特約を定めている場合は、それに従うこととなります。

返品や解約申込みの電話がつながらない場合は、メールやFAXなど、ほかの方法でも連絡をし、その際、連絡をした証拠としてその記録を残しておきましょう。

また、解約しようとしても、解約手続きがSNS（交流サイト）アプリからしか受け付けられないケースや、身分証の提出を求められることもあるので注意が必要です。

## オンラインゲームの課金トラブル



### 相談事例

クレジットカードの請求明細に覚えのない15万円もの高額な請求があり、中学生の息子が私のクレジットカード（以下、カード）を使ってスマホのオンラインゲーム（以下、ゲーム）でアイテムを購入していたことが分かった。息子は年齢を18歳以上と偽って利用していたようだ。対応方法を知りたい。(40代、男性)



### アドバイス

スマホやタブレット、家庭用ゲーム機で、こどもが保護者の許可なく高額な課金をしてしまったというトラブルが目立っています。民法では、親など法定代理人の同意がない未成年者契約は取り消しができるとされていますが、事実関係の証明が難しいことなどから、必ずしも返金してもらえとは限りません。カード会社等に申し出ても、規約に基づきカードの管理責任を問われ、原則カードの名義人に請求されます。

トラブルを防ぐため次のことに注意しましょう。

- ① ゲームで課金する場合など、ネット利用のルールを日頃から家族で話し合っておく。
- ② こどもに、カードを使うことはお金を支払うことと同じであることを理解させる。
- ③ スマホなどのカード情報の登録状況や利用限度額、キャリア決済の設定状況を確認の上、カードや暗証番号を管理し、利用明細は毎月確認する。
- ④ ペアレンタルコントロール機能（こどもにとって好ましくない内容のウェブサイトやコンテンツに対し、利用や閲覧の制限を設ける機能）を活用する。
- ⑤ ゲーム依存症が疑われるケースは専門機関（医師等）に相談する。

## 「消費生活相談員」の資格取得に挑戦してみませんか

消費生活相談員資格試験は、年齢、性別、学歴、実務経験等を問わず、どなたでも受験できます。

問合せ先	独立行政法人国民生活センター資格制度課 (試験の詳細) <a href="https://www.kokusen.go.jp/shikaku/shikaku.html">https://www.kokusen.go.jp/shikaku/shikaku.html</a>	電話：03-3443-7855
	一般財団法人日本産業協会 (試験の詳細) <a href="https://www.nissankyō.or.jp/adviser/siken/about-test.html">https://www.nissankyō.or.jp/adviser/siken/about-test.html</a>	電話：03-3256-7731

## 消費生活相談員資格取得支援講座のご案内

消費生活相談員資格取得を目指している方を支援するための講座を開催します。受講料は無料です。

日 時	内 容
7月15日(土) 10:00~17:00	消費者行政、過去問からみる必要な法律知識、特定商取引法
7月16日(日) 10:00~17:00	民法・消費者契約法、割賦販売法、小論文の書き方

**申込期限** 令和5年7月7日(金)

※小論文添削希望者は6月30日(金)までに提出(受講者負担金(添削料)が別途必要となります。詳しくは下記まで。) 葉書又はファクス(095-828-1014)で、「資格取得支援講座受講希望」と記載し、住所、氏名、電話番号を添えて長崎県消費生活センターまでお申込ください。詳しくは、長崎県消費生活センター 電話：095-895-2320 まで

## 消費生活支援講座(講師派遣)のご案内

長崎県消費生活センターでは自立する消費者としての意識を高め、被害を未然に防止するため、各種講座に講師を派遣します。講師派遣に要する経費は無料です。

講 座 名	対 象	テ ー マ
高齢者見守り講座	民生委員、在宅福祉に従事する方 (高齢者を支援する団体等が主催する講座)	● 高齢者を狙う悪質商法の実態と対策
消費生活支援「シニア講座」	主に高齢者 (自治会、高齢者団体等が主催する講座)	● 悪質商法に騙されない
消費生活支援「ヤング講座」	高校生・大学生など社会人となる前の方 (高等学校、大学、PTA等が主催する講座)	● 賢い消費者となるために
消費生活学習会	一般消費者(市町、各種団体等が主催する講座)	● 消費生活に関して希望されるテーマ
P T A 等 研 修 会	PTA等が主催する講演会・研修会	● 親子で考える消費者問題など
金融経済学習会	小学生から一般消費者 (団体、グループが主催する講座)	● 暮らしに身近な金融に関すること(長崎県金融広報委員会講座)

**問合せ** 長崎県消費生活センター 電話：095-895-2320

**申込み** ホームページ(<https://www.nagasaki-shouhi.jp/>)「ながさき消費生活館」からも申し込みできます。

長崎県では、食品表示の適正化を図るために食品110番を設置し、食品の安全・安心や食品表示についての疑問・相談を受け付けています。

相談窓口：食品110番(長崎県 県民生活環境部 食品安全・消費生活課内) 食事故なし Tel.0120-492574  
受付時間：月～金曜日 9:00～17:45(土日・祝日、年末年始除く)

この情報は県消費生活センターのホームページでもご覧いただけます。

<https://www.nagasaki-shouhi.jp/>

計量器に関するお問い合わせは  
長崎県計量検定所

〒850-0047 長崎市銭座町3-3  
TEL.095-844-9892 FAX.095-844-8844

編集/発行 長崎県消費生活センター

(長崎県 県民生活環境部 食品安全・消費生活課)  
〒850-8570 長崎市尾上町3-1  
TEL.095-824-0999 FAX.095-828-1014

消費生活の相談は



消費者ホットライン

局番なし ☎188

最寄りの相談窓口につながります