

## 私たちにできる「消費」と「環境」について考えよう!

みなさんができると思うことは、にチェックしてね。また、このほかにも考えたことやできることをに書いてください。



私たちにできることは、  
どんなことかな?

- 無駄使いをしない
- 買うか、買わないかを考える
- 買う前に情報を集める
- 買ったものを大切に使う
- 壊れても修理して使えるものを選ぶ
- ごみを増やさない
- 食べ残しをしない
- レジ袋はもらわない
- 
- 



家族と一緒にできることは、  
どんなことかな?

- 家族でよく話し合い、重ならないように買い物をする
- 買ったものをみんなで大切に使う (一緒に使う、必要ときに貸し借りするなど)
- 詰替用や繰り返し使えるものを買う
- ごみは分別して捨てる
- 必要な分だけ買う
- 地元で作られたものを選ぶ
- 
- 

### 地域

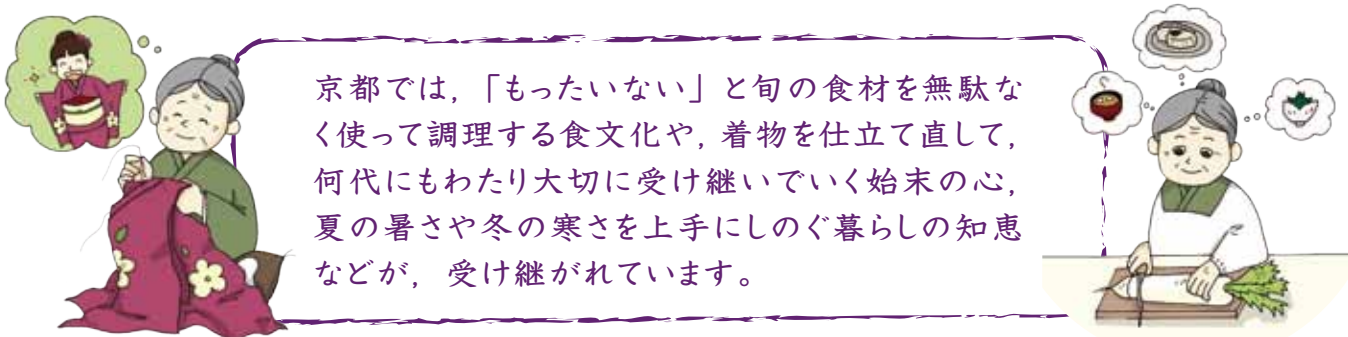


地域や社会 (京都市や会社、  
お店など) での取組

- イベントなどでは、ごみが出ないように工夫する
- 必要なものを貸し借りできる仕組みをつくる
- フリーマーケットを開催する
- 

### 社会

- レジ袋や包装を減らす取組をする
- 資源を再利用した商品を増やす
- 家族の人数に応じた分だけ買えるようにする
- 



京都では、「もったいない」と旬の食材を無駄なく使って調理する食文化や、着物を仕立て直して、何代にもわたり大切に受け継いでいく始末の心、夏の暑さや冬の寒さを上手にしのぐ暮らしの知恵などが、受け継がれています。

くらしの達人  
消費者標語

残りもの 上手につかって エコ名人

## 消費生活や環境問題について、もっと知りたい人へ

消費生活トラブルに関する相談窓口や、環境に関する取組などを行っている色々な所があります。みなさんの毎日の生活に生かしてください。

※悪質なサイトに誘引されないように気を付け、先生や家族の方と一緒に見ましょう。

京都市消費生活総合センター [検索](#)

京都市民の方からの消費生活に関する相談の受付や消費者啓発、情報提供などを行っています。

国民生活センター [検索](#)

→子どもサポート情報：子どもに関する消費者トラブルや事故について、情報提供をしています。

京都ごごみネット [検索](#)

ごみ半減をめざす「しまつのこころ条例」がスタート!  
市民や事業者、行政が一緒になって、ごみの減量や環境を大切にしている色々な取組を行っています。

京都生ごみスッキリ情報館 [検索](#)

ごみを減らすための工夫などの情報提供をしています。

京 (みやこ) エコロジーセンター [検索](#)

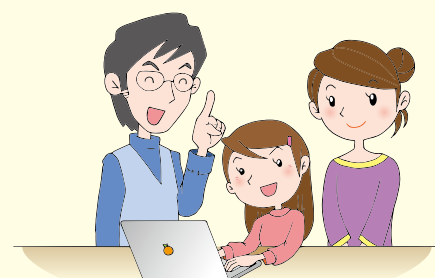
環境に関する体験・図書コーナーの設置やイベントなどを行っています。

ECO学習ライブラリー [検索](#)

→キッズ・ユースページ  
環境省と文部科学省が連携してつくった子ども向け学習サイトです。

NPO法人 環境市民 グリーンコンシューマー [検索](#)

環境に関する様々な取組や情報提供を行っています。



この冊子の作成に当たっては、京都市小学校家庭科教育研究会、京都市総合教育センターに御協力いただきました。また、掲載しているくらしの達人消費者標語は、「平成27年度くらしの達人消費者標語」の入選作品です。

学 年	組	氏 名
--------	---	--------

発行：京都市文化市民局くらし安全推進部消費生活総合センター  
〒604-8186 京都市中京区烏丸御池東南角 アーバンテックス御池ビル西館4階  
TEL075-256-1110 FAX075-256-0801



この印刷物が不要になれば「雑がみ」として古紙回収等へ!



VEGETABLE OIL INK 再生紙・ベジタブルオイルインキを使用しています



エコちゃん

京都から始めましょう!  
買い物や環境のことを考える  
「くらし上手」な消費者に  
なることを



クーリング・オフマン

# めざそう 買い物名人



京都市  
CITY OF KYOTO

京都市消費生活総合センター  
京都市教育委員会  
京都市小学校家庭科教育研究会

## お金の流れを考えよう!



働いて得る

収入

みんなの暮らしを守るもの  
税金 年金

自分の暮らしを守るためのもの  
貯金 保険

### 消費生活における支出

- |              |      |      |
|--------------|------|------|
| ライフラインにかかる費用 | 食費   | 日用品代 |
| 電気・ガス・水道     | 病院代  | 薬代   |
| レジャー費        | 町内会費 | 学費   |
| 月謝           | 家賃   | 入学祝  |
| 卒業祝          | 洋服代  | 通信費  |

私のおこづかいは、  
どこからくるのかな?



くらしの達人  
消費者標語

家族との 楽しい会話も 調味料

## 買い物の必要性について考え、計画を立てよう!

みんなで話し合ってみましょう。  
ほかにも気付いたことがあれば○に書いてください。



買う前に考えよう。

- 本当に必要なものか
- 同じようなものを持っていないか
- もう少し待てば、安く買えないか
- おこづかいには足りるか
- 
- 
- 



情報を集めよう。

- テレビコマーシャル
- インターネット
- チラシ、新聞、雑誌
- ダイレクトメール
- 友だちとの会話
- 
- 

買う

買わない



買うときに考えよう。

- 予算はいくらか
- いくつ買うか
- どこのお店で買うか
- ほかの商品と比べたか
- どこで作られたものか
- 原材料は何か
- 環境のことを考えて作られた商品か
- 
- 



今までの買い物で、失敗したことはあるかな?

- 買いすぎて腐らせた
- すぐに飽きてしまった
- 安かったが、すぐに使えなくなった
- 家に同じようなものがあった
- 
- 
- 

買い物をする前に、しっかり考えないといけないね。



くらしの達人  
消費者標語

まあいいや ついつい買っちゃう むだ使い

## 買い物に行こう!

クッキーが食べたいな。  
買いに行こう。



どんなクッキーを買うか考えよう

自分にとって一番良いものを選びよう。



お菓子売り場 (買い物シミュレーションをしてみよう)

① 得々クッキー 200円(税別)

名称:クッキー  
原材料:○○,○○,○○,○○,香料,着色料  
内容量:100g  
賞味期限:○年○月○日  
保存方法:○○○○○  
製造者:○○株式会社  
○県○市○町1-2-3

② クッキー 個別包装 250円(税別)

名称:クッキー  
原材料:○○,○○,○○,○○,香料,着色料  
内容量:10枚(1枚×10)  
賞味期限:○年○月○日  
保存方法:○○○○○  
製造者:株式会社△△  
△県△市△町4-5-6

③ 手作りクッキー 200円(税別)

名称:クッキー  
原材料:○○,○○,○○,○○  
内容量:50g  
賞味期限:○年○月○日  
保存方法:○○○○○  
製造者:○洋菓子店  
京都市○区○町7-8-9

どんな理由で選んだか、話し合ってみよう。



- 量や値段は適切か
- 原材料に、どのような材料が使われているか
- ごみが出ないように考えられた商品か
- 
- 



○量が多いとたくさん食べられるね。  
○個別包装なら、保存がしやすいね。  
○近くの洋菓子店が作っているクッキーもおいしそうだな。

失敗談

- × たくさん入っているのを買ったけど、食べきれずに捨ててしまった…
- × 色々な商品を見ていて、予定外のものも買ってしまった…
- × 環境のことを考えて作られた商品かどうか考えなかった…
- ×

## 買い物から帰ったら



忘れないうちに、使ったお金をおこづかい帳につけよう。

おこづかい帳

月日	内容	収入	支出	残金
○月○日	おこづかい	○○○円		○○○円
○月○日	クッキー			

レシート

○○○店  
京都市○○区○○町1-2  
Tel.075-○○○-○○○  
○年○月○日 15:00

クッキー	¥○○○
合計	¥○○○
(内消費税額 〇%)	¥○○
お預り	¥○○○
お釣り	¥○○



○番のクッキーを選びました。

選んだ理由

振り返ってみよう

- 目的に合った商品を選べたか
- 食べ終わった後は、ごみを分別しやすくなっているか
- 商品の良かったところと悪かったところ
- 残った分は、きちんと保存できているか
- 
- 

食品には、未開封の状態安心して食べられる期間が書かれていますが、開封後は、きちんと保存し、日付表示にかかわらず、早めに食べましょう。



失敗談

- × お菓子に付いていたおまけにひかれて買ったけど、おまけはすぐに壊れてしまった…
- × 残ったものをきちんと保存しなかったため、捨てることになってしまった…
- ×

## 次の買い物に生かそう!

今日の買い物で良かったところや、次の買い物で気を付けたいところ



これからも上手に買い物をするために、次のようなことに気を付けよう。



- 目的に合ったものを選ぶ
- 値段や見た目だけで選ばない
- ほかの商品と比べる
- 原材料やどこで作られたものかを見る
- 商品に付いているマークを見る
- 商品について改善してほしい点や不具合等があれば、販売店やメーカーにきちんと伝える

商品に付いているマークをチェックしよう。

マークの例



レシートをもらって、おつりを確認しよう。

ほかにもどんなことに気を付けたらいいか、みんなで考えよう。

気を付けることリスト

- 
- 
- 
- 
- 

くらしの達人  
消費者標語

どこにでも かばんのすみに マイバック

買い物には、私も連れて行ってね!

