

しぶちん先生×エコちゃん 巻頭対談

～ きょうから始めよう しぶちん的食生活! ～



エコちゃん

地球温暖化やごみ問題が深刻化する中、**なんとかしたいけど、何かから取り組んだら良いか**とよく聞かれます。京都は環境先進都市として世界からも注目を集めています。200年間京都を見てきた立場から、エコ生活へのアドバイスはありますか？



しぶちん先生

京都ではけちんぼのことを**しぶちん**と言うんじゃが、それは**賢くエコを実践するライフスタイルともいえる**んじゃ。京都では昔から、使えるもんは使い切る、いらんもんは買わないという**「始末の心」**を大事にする。



エコちゃん

「もったいない」が流行語大賞を取ったこともありましたが、「始末の心」と通じるものがありますね。



しぶちん先生

京都の食文化には、普段の食事の中にも、近くで採れた**旬の新鮮な野菜**を使って食材を無駄にせずに調理する工夫が、至る所に隠れとるんじゃ。近くで採れた旬の野菜は栽培や輸送のエネルギーが少なく済むし、食材を無駄なく食べればごみも減って、環境にもお財布にもやさしいのじゃ。



エコちゃん

そうですね。京都は学生の町とも言われますが、経済的なのは学生にも嬉しいですね。初めての一人暮らしは大変なことも多いけれど、ぜひ毎日の食事からエコにチャレンジしてほしいですね。

エコちゃん

京都市の環境政策を発信するPRキャラクター。ジャパン・エキスポ（フランス、H22年7月）において、「気に入った自治体キャラクター」第3位を獲得！環境にやさしいライフスタイルについて日夜勉強中である。ちなみに、額の「DO YOU KYOTO？」は「環境にいいことしていますか？」という意味で世界で使われている合言葉。



しぶちん (shibu-chin)

- ・何かとしぶる人のこと。腰の重い人のこと。
- ・物やお金をなかなか出さない人。けちんぼ。
- …… いわば、**賢くエコを実践する人。**

しぶちん先生

鹿ヶ谷かほちゃ。左京区鹿ヶ谷生まれ、北区鷹峯育ち。200年の歴史をもつ京の伝統野菜で、京都の食文化を活かした「環境にやさしい食生活」について教えてくれる。



体型にも表れているように、

「出すところは出す、締めるところは締める」が信条。パンチの効いたスタイルとは裏腹に淡泊な味わいが身上で、鰹だしを効かせた煮つけにするとおいしい。



しぶちん先生

京都では、昔からハレの食事とケの食事というように食生活にメリハリをつけて、文化的で豊かな食生活を可能としてきたんじゃ。出すところは出す、締めるところは締める、という食生活は、環境やお財布に優しいだけでなく、イベント盛りだくさんで、とても楽しいんじゃ。



エコちゃん

なるほど。私は仕事柄、海外の方とお話する機会が多く、京都の文化は世界中から注目を浴びていることを実感していますが、それは節約をしても必要なところにはきちんと投資して文化や芸術を育ててきたからなのかもしれませんね。**食と関わりのある伝統行事**も多いので、まずは体験してほしいですね。



しぶちん先生

日本の食料自給率は40%以下、京都市内だけで見ると3%を切ってるそうじゃ。そのうえ、近年の異常気象で、仲間の野菜たちも収穫量や品質に影響が出ていて心配じゃ。その現状を打開するためにも、いろんなヒントを生活に取り入れて、エコな食生活を京都から発信してほしいものじゃ。**Let's しぶちん的食生活!**

【参考文献】しぶちん京都（グレゴリ青山著・メディアファクトリー）、平成21年度京都市農林統計資料（農業編）

本冊子でお伝えしたいこと

はじめまして！私たちは京都市市政課題研究・実践チーム「チーム京都力」の「環境にやさしい食生活への改善」プロジェクトチームです。昨今、エコや省エネなどの言葉をよく耳にするようになりましたが、世界ではおよそ7人に1人、計9億2,500万人が飢餓に苦しんでいる中で、日本では、年間約1,900万トンもの食品廃棄物が排出されていると言われています。また、米の品質が低下したり、リンゴの栽培地が北上するなど、地球温暖化による食糧生産への影響も叫ばれています。

「食べる」ことは私たちが生活していく上で欠かすことのできない大切なことです。一般家庭から排出される食べ残しの量や地球温暖化の原因となるCO₂（二酸化炭素）の量が増えている現状を踏まえ、私たちは、3つの視点（①食べ残しの削減 ②CO₂の削減（地産地消による） ③ごみの削減）から、市民の皆様一人一人の食生活に対する意識を変える、そして、一般家庭から環境にやさしい食生活への転換を図っていきたくと思いました。

*地産地消…地元で生産された食材を地元で消費すること

「でも、一般家庭だけではなく、飲食店やオフィスでもごみやCO₂の削減をもっと頑張るべきじゃないの？」

このような疑問を抱く方も多いと思います。確かに、飲食店やオフィスから排出されるごみやCO₂も、まだまだ削減する必要があるでしょう。しかし、飲食店やオフィスから排出されるごみを減らしたり、エコに配慮したお店を育成したりするためには、まず消費者の食生活に対する意識を変えていくことが必要ではないでしょうか。一般家庭の食生活のニーズが変わるということは、エコにとって大きな効果をもたらすのです。

「では、日頃の生活の中で具体的に何をしたらいいの？」

そこで、私たちは、京都の食文化や旬野菜、伝統行事などを取り入れた京都ならではの環境にやさしい食生活を提案します。

本冊子は、京都の食文化を「知る」→京の旬野菜を「覚える」→京の旬な伝統行事を「体験する」→京のしぶちん的食生活を「実践する」という構成になっています。



かたい話はさておき、本冊子は、読みながら京都の食文化や旬野菜について学んでいくことで、気づけばエコ生活に近づいているという構成ですので、気軽に読んでみてください。

京都市市政課題研究・実践チーム「チーム京都力」環境にやさしい食生活への改善プロジェクトチーム 一同

【参考HP】 FAO（国際連合食糧農業機関）、農林水産省、環境省、グリーン購入ネットワーク ほか