

# フードマイレージって 知っていますか？

フードマイレージとは、食べものが運ばれてきた距離と重さを掛け合わせたもの。フードマイレージが高いほど輸送時に排出される二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)が多いことを表します。あなたの「食」が地球温暖化に影響しているのです。

## 行動が変わらなければ、それは、知らないことと同じ

小学校に行くと、「フードマイレージ知ってる!」という子どもが多くなりました。けれど、家ではどんな野菜を買ってる? と聞くと「外国産」と答えられる児童もいますが、「そんなこと知らない」という児童が大半です。日本は食の60%を輸入に頼っており、サンシャインビルがいっぱいになるくらいの量の食料がおよそ3日に2日輸入されていて、またそれとほぼ同じ量を廃棄しているんです。このことは、お母さん方にこそ知ってほしいですね。子どもたちには「外食を少し控える」、「3回に1回は国産の野菜を選ぶ」ような大人になってほしいと思います。事実を知ったらそこで終わらせない。できることから少しずつ行動を変えていきたいですね。



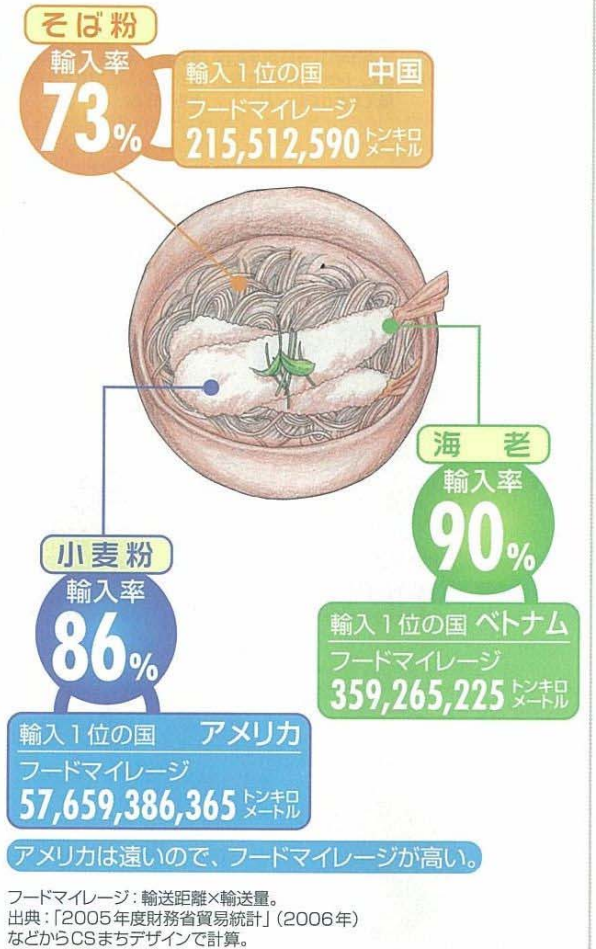
佐野美香さん  
(千川在住)

大学院で日本の食事情を学び、「安全でおいしいものが食べたい」と強く思ったのが活動の出発点。地域のお母さん方と一緒に小学校で「フードマイレージ」の授業をしている。

世界の中でも、フードマイレージが高い日本。豊富な食材が集まり、私たちは様々な料理を楽しめますが、その反面、地球環境に負荷をかけています。

## 天ぷらそばにみるフードマイレージ

「引越しそば」、「年越しそば」という言葉があるように、そばは私たちが胸をはって和食だ!と言える食べものです。しかし私たちが天ぷらそばを作るのに、どれだけの食材を外国からの輸入に頼っていると思いますか?



## 地球に優しい国産小麦のパンの味わい

天然酵母と **こんがりパンや**  
 国産小麦の kongari-panya

「本当においしいものって、口に入れた瞬間ではなくて、飲みこんだ後にわかります。体が「おいしい」と喜ぶ感覚があるんですよ。食べ物は、そのすべてが私たちの心や体になります」と店主の山田さん。「パンの材料が遠くの問屋さんから店に届くまでに、運送によって地球環境に負担をかけていると思うと心が痛みます。体も、地球も、エコも全部つながっています」。パン作りには安全な材料と職人の正直な気持ちが必要という山田さんのパンは、おなかだけでなく、人の心も幸せにします。



山田和子さん  
 PTAのお母さん仲間4人と1989年に創業。  
 場所: 豊島区要町1-39-4  
 電話番号: 03-3957-4270  
 営業時間: AM8:30~PM6:30  
 土・日・祝: AM9:00~PM6:00  
 定休日: 水、木曜日



国産大豆のおからから作られる素朴な味わいのクッキー。

## エコポイント!

水と空気を大切にする

●レジ袋は開店当時から使っていない。袋をお持ちでない方のために、不用になった紙袋を再利用している。



●ご近所からいただいた家庭用油を石けんにして販売。油を捨てることに抵抗のある人が増えてきた。

