



水戸市男女平等参画基本条例の啓発と  
男女平等参画社会の形成と促進のために

# WAVE 第21号

発行日：令和2年4月10日  
発行：特定非営利活動法人  
M・I・T・O 21  
〒310-0851 水戸市千波 508-34  
発行責任者：黒澤輝子

## 誰一人取り残さない社会 SDGs と私たちのできること

水戸市消費生活センター 田山 知賀子

2015年9月、国連で日本を含む加盟国193か国はSDGs（エスディーズ）を採択致しました。SDGsの正式名は「我々の世界を変革する～持続可能な2030アジェンダ」です。地球規模の喫緊の課題は貧困、人権・気候変動、現在は新型コロナウイルスなどです。先進国・途上国がこれら経済・環境・社会の課題に対して持続可能な開発目標17項目と具体的ななど169のターゲットを掲げ2030年までの達成に向け「誰一人取り残さない」という理念を持ち進めています。日本政府においても初年度の2016年5月、総理大臣を本部長として全閣僚が構成員とする「SDGs推進本部」を設置し、12月には今後の取組みの指針となる「SDGs実施指針」を決定しました。地方自治体においても推進をしておられ、水戸市では第6次総合計画、さらに本年3月の令和2年定例議会において高橋市長は「自主・自立した持続可能な魁のまち・水戸」の実現に向けて所信を表明いたしました。消費者に関する目標の12は「持続可能な生産と消費の確保」です。わかりやすく言えば「つくる責任・つかう責任」です。より少ないもので、より大きな良い成果を上げることです。企業と消費者の努力で大量生産、大量消費という生活様式を転換し、資源を守るため無駄を省きモノを大切にすることが重要です。食品ロス削減やごみの削減もその一つです。



12の指標を踏まえた消費者としての具体的な行動はエシカル（倫理的）消費の実践です。エシカルとは人や社会、地球環境に配慮して商品を選ぶ消費行動です。皆さんにはこの模範を示していただきたく思います。

### 新型コロナウイルスに対処するための消費者行動

猛威を振っている新型コロナウイルスは2019年12月中国武漢市で発症し世界各地に拡散しました。3月13日WHO（世界保健機関）は長期化を予想しパンデミック宣言をしました。政府は4月7日に東京をはじめ大阪、神奈川、埼玉など7都道府県に緊急事態宣言を発令、首都圏に近い茨城県でも感染者が出て、知事が一層の外出自粛などを呼び掛けております。私たち消費者はどのような行動をしたらよいのでしょうか？ 消費者庁は消費者としての注意を次のように発表致しました。

買い物をするときには①咳エチケット、手洗い、消毒などで他の人に感染させない気遣い。②混雑を避けて買い物をする。食料品は十分な供給量を確保しているので①必要な分だけを買う②買いだめをしない③マスクは転売禁止されておりその目的の購入はしない。また手薄になっているマスクについては①買い占めなくても大丈夫②使い捨てマスクがないときは代用品を使おう③こまめな手洗いなどの基本が大事。と注意喚起をしております。

消費生活センターにはマスクの販売をうたう架空請求と思われる悪質な便乗商法やイベントなどの中止などによる消費者トラブルに関する相談が寄せられております。

今こそ賢い消費者として本領を発揮して正しい情報を見極めデマなどに惑わされず一人一人の冷静な消費行動と自粛で誰もが願う新感染症の終息を実現させましょう。

### = 目次 =

誰一人取り残さない社会～……1頁  
ヒューマンライフシンポジウム2019  
……2,3頁

もったいない!食品ロス～……3頁  
中川学園見学とお話しを聞く会……4頁

## 「地方と政治と未来」 ～自分らしく今を生きる～



1980 年生まれ、若く聡明な三浦瑠璃さんは、日頃は国際政治学者として、国際情報分野においてご活躍です。ご自分の就労、結婚、子育て研究者として、母性を容認し変わりつつある社会環境と真摯に向き合い、自分のライフスタイルに合った環境を切り開き、今を生きていると私たちが日頃直面していることと同様な体験を語られ、今第一線で働き続ける立場から見えた事等、共感を抱きながらお話を伺いました。

私たちは日本国憲法の下で男女平等が保証されている現代社会なのに、何故か男も女も生きづらさを抱えながら生活している。1985 年男女雇用機会均等法が制定され、男/女、夫/妻、社会の一員として 1 対 1 の人としての対等性に平等や共同体である法律があり、女性にも多様な選択肢が開かれた。一方この相互共存の規範意識の倫理性(きめ事)について、生活の場ではこれ等の対応になじめないでいる。方向性が示されても、受け入れ側の実態は百人百様、むしろ生きづらさになっている。理想の形態が当たり前前の状況として定着するには、かなりの時間のかかることを受け入れて、今置かれている立場で違った角度から自由な発想を出して、今出来る新しいライフスタイルは何か模索し実践してみる。きっと今と違った生き方が見えて来る。

次に人生には」様々な段階があって、価値観も変われば、人生設計も変わらざるを得ないことに直面している。結婚で夫と妻の対等性が母親となり母性の役割が生じる。第 1 児から 2～3 児となり、子どもが幼児期を経て進学期へと育つ側の生活環境が変われば、親として自分を多少犠牲にしても相手側に合わせ尽くさねばならない。この様な利他性と自己実現したいと望む緊張関係葛藤と、どこで折り合いをつければ良いのだろうか。予測もしなかったことに直面した時やはり同調せざるを得なくなってしまう。

これで生きがいもキャリアも変わってしまう。現代女性の生き方のモデルプランみたいなものは存在しない。これからは予測しなかった事に対応した後でも、自己実現できる基地に戻れる又迎えてくれる社会になることが望まれる。予測不能な現状での人生設計は出来ない。

実感として、子どもは育ててみないと喜びも大変さもわからない。親になることと仕事の両立は確実にすごく大変な事だ。保育園の増加により多様な働き方が可能になったとはいえ、画一的な働き方を前提として基準が決められ設置運営されている。既成の保育園ばかりでは、多様な働き方に対応することはむずかしい。保育園に寄りかからないでも働ける方法も考えた方がいい。平等、多様性が生かされる為には預ける側も保育園依存型にはまらず、自由に多様な地域の活力資源を探して、生活の場にあるサポーターの協力関係を見つけることや、住み易い働き易い新しい保育或いは高齢化のしくみにトライしてみる。これが出来れば自治体の活性化にもなる。そしてさらに人が集まる地域にもなっていくのではないだろうか。



会場に詰め掛けた皆さん

今後少子高齢化、人口減少社会になることは  
 確実。男女共同参画社会が定着していくのには、  
 まだまだ時間がかかる。育児と仕事の両立が厳  
 しい現況は、今を生きる私たちの切実な問題な  
 のだから、何もかもみんなと同調しなければな  
 らない同調型にとらわれなくて想像力や柔軟な  
 価値観とスピード感を持ち、今を乗り切る力を  
 出さなくては改善は進まない。女性のみが犠牲  
 を多く背負っている今の環境改善のアイデアを  
 声にして、今まで黙視していた男性にこれ等の  
 事への出番や社会構造の改革変化が急務である  
 意識を高めていくことで未来は開かれていく。  
 先ず自分のこととしてどんな行動出来るか、  
 個々の力と共感の力を信じて知恵と勇気を持っ  
 て声を形にしてみる事です。



受付は若い人たちで対応

体験を通して今を輝いて活動されている  
 三浦さんからの温かな励ましの言葉でした。  
 (小林弘子：記)

## もったいない！食品ロスをなくそう

12月6日(金) ミーテングルーム A

講師：水戸市消費生活センター

消費者教育支援員 松本由美子氏

水戸市は新清掃工場を常澄地区に建設し、  
 新たなゴミ対策を打ち出しています。  
 そこで新しい清掃工場の延命化のために、  
 ゴミ減量を課題にして学習しました。

### 食品ロスとは

まだ食べられるのに捨てられてしまう食品

日本での食品廃棄物 2842 万トン

うち食品ロスは **646 万トン**→

一人一日お茶碗約一杯分の 世界の食料援助量  
 食べ物が捨てられている。(年間約 320 万トン)  
 の 2 倍

↓  
 どこから 食品メーカー、卸、小売店、飲食店、  
 家庭など「食べる」ことに関係する様々な場所で  
 ⇒でも約半数は家庭からで、手つかずの食品が 2 割  
 ⇒鮮度の低下、腐敗、カビの発生、消費期限・賞味期限が過ぎた  
 しかし、うち 4 分の 1 は賞味期限前である。

食品ロス削減推進法 5月24日成立

飲食店は 30 年度までに「食品ロス 2 割削減」目標

世界の生産量の 3 分の 1 (約 13 億ト) が

廃棄されている

先進国で多量に発生、開発途上国は極めて少ない  
 そこで **SDGs** へ

誰も置き去りにしない⇒ **共生社会の構築が必要**

- 5** ジェンダー平等を実現しよう
- 10** 人や国の不平等をなくそう
- 17** パートナリシップで目標を達成しよう
- 12** つくる責任・つかう責任

### 食品ロス削減国民運動

私たちができる削減工夫

- ・食材を「買すぎない」
- ・使い切る・食べきる

外食時の食べ残しを防ぐ

⇒ 30・10 運動

開始から 30 分間は席について食べる

閉会 10 分前に再び席に着き、食べる

### フードバンクの利用

食品ロス=エシカル消費

「作りすぎていないか」「買すぎて  
 いないか」「捨て続けていないか」

**男女問わず**

**消費行動の見直しも大切**



## 水戸の宝さがし 中川学園見学と中川一恵先生のお話しを聞く会

令和2年1月30日(木)



一恵先生を囲んで

中川学園調理技術専門学校の理事であり、水戸市大町のご自宅にクッキングクラブを併設してある教室で料理実習や講義をして下さるとのことで、「食の現場から」という演題で、料理教室の代表の中川一恵先生にお話しを伺いました。

2階に上がるとバルコニーにパンジーやプリムラなどの春の花々が出迎えてくれました。室内に入ると先生ご夫妻のお人柄か、胡蝶蘭やシクラメンの鉢花が窓際に飾られ、陽光の注ぐ明るい教室でした。

まず食とは=人を良くする=という大事なもので、舌にある味を感じる味蕾という働きや、ひと口30回以上噛むことと唾液が消化、溶解、潤滑、自浄、粘膜保護、抗菌緩衝(中和)に作用するとい、ラクトペルオキシターゼ(唾液に含まれる)は細菌に対抗する発がん性物質の作用を弱めるという。万年不足成分の鉄とカルシウムのことや骨粗しょう症になりにくい対策として歩くこと、亜鉛不足解消に貝類の摂取、カルシウムは日本では一日600mgが基準で、牛乳やチーズの他に野菜からは小松菜、ゴーヤ、チンゲンサイ、春菊などが多く含むと話されました。

一日の塩分量は女性6.5g 男性7.5g 歯を強化するフッ素を含む食品はメザシ、桜エビ、ワカメ、のり、緑茶といい、よく噛む人ほど脳が活性化して記憶力、認識力、判断力、集中力が上がり、痴呆になりにくい。今だからこそ野菜をといい、カリウムは血圧低下作用・カルシウムは骨の形成を助ける・鉄には血色素(ヘモグロビン)を作る・食物繊維はコレステロール低下作用、血圧低下、整腸作用一分かっているとは思いますが、改めて学び直しの時間を得ました。



メニューの説明

また茨城県は農産物の生産量が北海道に次いで2番目でしたが、現在は鹿児島県に抜かれてしまっている。それでもメロンや白菜、レンコンなど全国一のものがたくさんある。地域の伝統食、お正月や節句の料理伝承の大切さを話されて、いきいき夢国体のお弁当のメニュー作りやスローフード協会の活動に貢献されていることも知りました。試食は主菜、副菜、煮物、和え物、椀物、デザートで、お話しいただいたことの実践です。野菜たっぷりの噛み応えある料理をしつかり戴き、食後は運動が大切と体を動かし、健康長寿を目指すことを実行したことでしょう。



- メニュー 1. 鮭の炊き込み寿司 2. カブのきな粉和え  
3. 芋がら煮含め 4. 里芋白みそ椀  
5. 干し柿のヨーグルト和え、きな粉かけ

編集後記：令和の新天皇・皇后両陛下が来県して、いきいき茨城ゆめ国体には男女ダブル受賞、運営ボランティアで盛り上がった明るい一年かと思いきや、台風襲来で水戸市内でも被災者が出ました。SDGsでの学びを取り上げた一年が現実になり、新型コロナウイルスの感染不安が私たちの活動に大きな影響を及ぼしています。誰一人取り残さない社会へ水戸市消費生活センターのセンター長に寄稿いただきました。事務局