



NPO消費者支援グループ ひめまる

じゃこうどん SDGs買い物ゲーム

班ごとに、4つのメニューの中から、食ロスや地球環境にもよい食事を作ります。

サイコロをふって、SDGsクイズもしながら、食事に必要な材料を班でそうだんしながら選んで、買い物をしましょう。選んだ理由も考えてみましょう。



ご当地クイズ1

「うどん県」として有名な四国の県はどこ？



- A 高知県
- B 徳島県
- C 香川県

C 香川県

^{さぬき}讃岐うどんは、^{こうぼうだい し}弘法大師が、中国から持ち帰ったのがはじまりと言われている。讃岐で^{さか}盛んにうどんが作られたのは、昔からうどんの材料である小麦や塩、ダシの材料であるいりこが多くとれたこと、^{しょうどしま}小豆島が江戸時代から^{ゆうすう}有数の^{しょう ゆ}醤油の生産地であったことなどが、「うどん」作りに^{てき}適した地であったからです。

共通クイズ4

日本の総合食料自給率は、カロリーで考えると、先進国の中でも最低の水準にあります。さて何%くらい？

すいじゅん



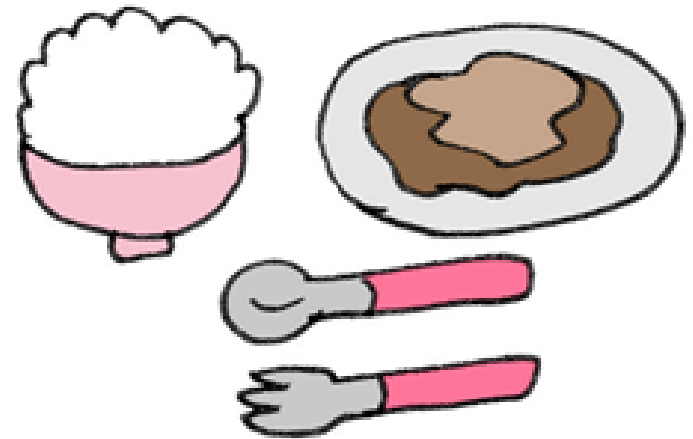
- A 約 80%以上
- B 約 50%
- C 約 40%未満

C 約40%未満

日本は食料自給率しょくりょうじきゅうりつが40%を切っており、
諸外国しょから食料を外す。海外から食料を運
ぶためにCO₂（二酸化炭素にさんかたんそ）が排出はいしゅつされ、
地球温暖化ちきゅうおんだんかにつながっています

共通クイズ1

まだ食べられるのに捨^すてられる食品のことを「食品ロス」と言います。日本人一人が1日に出している「食品ロス」の量はどのくらいでしょう。



- A 小さじ1杯分
- B お茶碗^{ちゃわん}1杯分
- C バケツ1杯分

B お茶碗^{ちやわん}1 杯分

日本の「食品ロス」は、世界中で飢餓^{きが}に苦しむ人々に向けた世界の食糧援助^{しょくりょうえんじょりょう}量の約2倍にあたります。

買いすぎや料理の作りすぎをなくすなど
^{にちじょうせいかつ}日常生活を工夫することでも「食品ロス」を減らすことができます。

共通クイズ2

食べ残しを減らすための、「世界共通の
あいことば
合言葉」は何？



- A ごちそうさま
- B もったいない
- C いただきます

B もったいない

かんきょうぶんや

環境分野で初めてノーベル平和賞を受賞

したケニア出身のワンガリ・マータイさんが、

来日した時に、「もったいない」という日本語

にととても感動したそうです。世界共通語の

もったいない

「MOTTAINAI」として広まりました。





NPO消費者支援グループ ひめまる

「SDGsうどん買い物ゲーム」のルール

買いすぎない！使い切る！食べきる！
じょうずに買い物しよう！

- ① 班で、**4～5人分**つくろう。
- ② **1500円以内**で材料を買おう。うどんは用意しているよ。
- ③ スタートする時に、だしを選んで、買おう。
- ④ 買った材料をホワイトボードにはってみよう。
- ⑤ **えらんだ理由**も考えてみよう。

SDGsうどん買い物リスト



年 組 名 前

しょうざい 食 材	えらんだ番号	どうしてその食材をえらんだのですか (選んだ理由)	ねだん	のこったお金
合計(1500円以内で買い物をします)				

◆SDGsクイズの答えを書こう。

①	②	③	④	⑤





NPO消費者支援グループ ひめまる

だしのざいりょう

①かつお



愛媛県産

500円

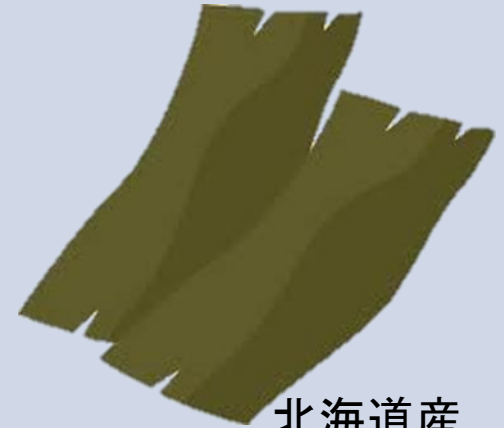
②いりこ



愛媛県産

500円

③こんぶ

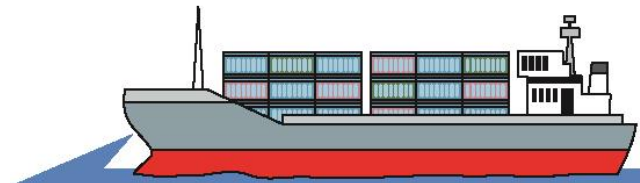
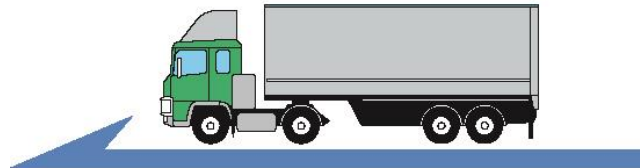
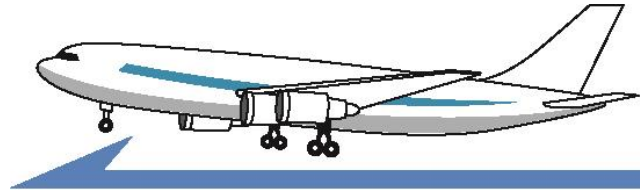


北海道産

500円

共通クイズ5

にさんかたんそ はいしゅつ
CO₂(二酸化炭素)が多く排出され
ゆそうしゅだん
る輸送手段は何？



- A ひこうき 飛行機
- B トラック
- C ふね 船

A 飛行機（ひこうき）

ひこうき
飛行機やトラックは、てつどう ふね
鉄道や船と比べると、
ゆそう
輸送時間が短くなるメリットがある一
方で、にさんかたんそ
CO₂（二酸化炭素）のはいしゅつりょう
排出量は増加
し、ちきゅうおんだんか
地球温暖化につながっています。

共通クイズ6

じもと しんせん
地元の新鮮なトマトを使ったハンバーガーが人気です。

このように地元でとれたものを
しょうひ
地元で消費することを、何という？

A じきゅうじそく
自給自足

B ちさんちしょう
地産地消

C さんちちよくそう
産地直送



ち さ ん ち し ょ う B 地産地消

さんちちよくばいじょ
最近^{さんちちよくばいじょ}は産地直売所^{さんちちよくばいじょ}が全国各地にできました。

じもとせいさんしゃ
地元生産者の顔を見て、話して、どんな育て

き かい じょじょ ふ
方をしたかを知る機会も徐々に増えています。

ゆ そう き ょ り の う さん ぶ つ
地産の物は輸送距離が短いので、農産物

しょうひしゃ しんせん とど
を消費者に新鮮なうちに届けることができます

SDGs買い物ゲーム

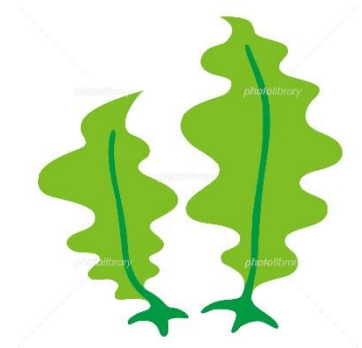


NPO消費者支援グループ ひめまる



ぐざい
具材

せん たく
選択カード





NPO消費者支援グループ ひめまる

ねぎ

①おおいたば

1たば



愛媛県産

200円

②すくないたば

1たば



愛媛県産

100円

③きざみねぎ

1パック



愛媛県産

150円



NPO消費者支援グループ ひめまる

じゃこ天

①八幡浜産

3枚 賞味期限 あした



200円

②宇和島産

3枚 賞味期限 きょう



150円

③県外産

5枚 賞味期限 あした



200円



NPO消費者支援グループ ひめまる

わかめ

①被災地支援	②外国産	③鳴門産 (徳島)
1 ふくろ 	1 ふくろ 	1 ふくろ 
200円	100円	200円

発表例

だし
カード

ねぎ
カード

じゃこ天
カード

わかめ
カード

- えらんだ理由を書こう。

だし

ねぎ

じゃこ天

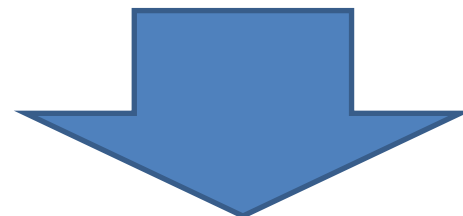
わかめ



わたしたちにできることは？



- たべきる
- つかいきる



たべものに感謝



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

1 貧困をなくそう



2 飢餓をゼロに



3 すべての人に健康と福祉を



4 質の高い教育をみんなに



5 ジェンダー平等を実現しよう



6 安全な水とトイレを世界中に



7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに



8 働きがいも経済成長も



9 産業と技術革新の基盤をつくろう



10 人や国の不平等をなくそう



11 住み続けられるまちづくりを



12 つくる責任つかう責任



13 気候変動に具体的な対策を



14 海の豊かさを守ろう



15 陸の豊かさも守ろう



16 平和と公正をすべての人に



17 パートナーシップで目標を達成しよう



12 つくる責任
つかう責任



つくる責任 使う責任

人・社会・かんきょうについて
考えながら、行動しよう



じぶんたちにできることを
これからもかんがえていこう。

みんながクイズに答えてくれたから
こんなマークができあがったよ





SDGsについて勉強できましたか？
未来を変えるのはあなたたちです。
毎日の生活の中で、あなたたちにできることが
たくさんあります。SDGsを身近な問題ととらえ、
毎日の生活の中で、できることを積極的にやっ
ていきましょう。

おわり



NPO消費者教育支援グループ

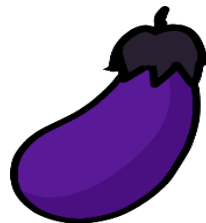
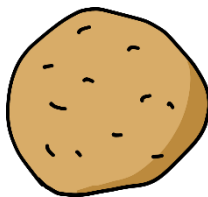
ひめまる





や さい た 野菜2・その他

せん たく 選択カード





NPO消費者支援グループ ひめまる

ほうれん草

えひめけんさん

①愛媛県産

1束



80円

けんがいさん

②県外産

1束



120円

さんちちよくばい

③産地直売

1束とれたて



100円



NPO消費者支援グループ ひめまる

しいたけ

えひめけんさん

①愛媛県産

1パック



80円

おおずさん

②大洲産

1パック



120円

がいこくさん

③外国産

かんそうバラ

1パック



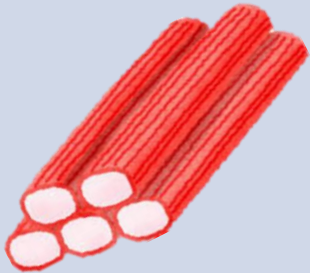
100円



NPO消費者支援グループ ひめまる

トッピング

①かに
かま



100円

②えび
天



200円

③かま
ぼこ



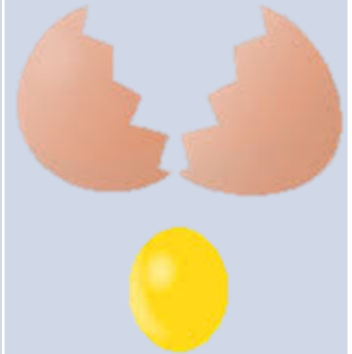
100円

④きつ
ね



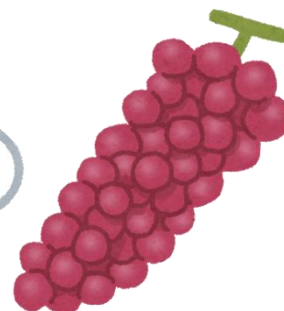
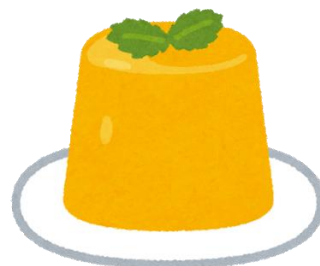
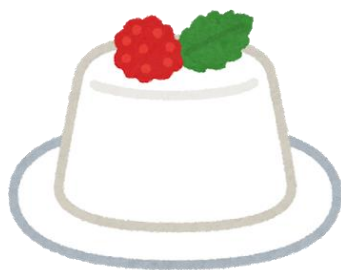
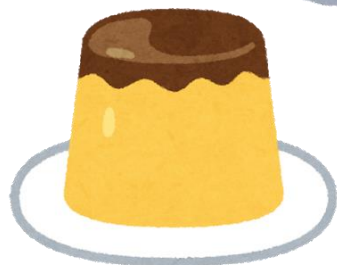
100円

⑤たま
ご



100円

クイズに正解したら、
すきなものを1つプレゼント！



発表例2

①自分たちでえらんだ
食材カードをはろう！
えらんだ理由もかこう
ね。



③サイドメニューはいく
つえらんでもいいよ

だし
カード

ねぎ
カード

じゃこ天
カード

わかめ
カード

②トッピング
は1つだけえ
らんでね

