

# スパイスカレーを作って 食品ロス削減！ —若者の自発的な行動を促すために—

獨協大学経済学部 高安健一ゼミナール Zero Food Waste チーム  
国連の持続可能な開発目標(SDGs)のうち目標12「つくる責任つかう責任」の実現に注目。コンセプトを「削減」から「楽しむ」に変更することで若者の食品ロス削減をメンバー4人でめざす。

## 若者の食品ロス削減に 学生が取り組む

日本では、年間約643万トンもの食品ロスが発生しています\*<sup>1</sup>。これは国連世界食糧計画(WFP)が2017年に支援した食糧の総量である380万トンの約1.7倍に相当します。

年齢階層別に見ると、29歳以下の若い世代が大量に食品ロスを発生させています。家庭での食品ロスは、手つかずの状態ですてられる「直接廃棄」や「食べ残し」、調理中の「過剰除去」がありますが、特に「直接廃棄」と「食べ残し」において、若い世代の廃棄率が最も高いのです\*<sup>2</sup>。

食品ロスへの危機感が広がるなか、削減策を実施する企業や官公庁は確実に増えています。しかし、たいていの場合、対象は一般消費者であり、仮に対象が想定されていても子ども向けが多く、食品廃棄率が高い若者をターゲットにした削減活動は、残念ながら見当たりません。

私たちZero Food Wasteチームは、若者こそが食品ロス削減に取り組む必要があると考え、若者の視点から、日本の将来を担う若者に対して食品ロス削減に向けたアクションを促すことを目的に2018年3月に発足しました。私たちの活動の独自性は2つあります。1つは、スパイスカレーに焦点を当てることにより、若者に食品ロス削減に関心を持ってもらうことです。もう1つは、若者へメッセージを届け、食品ロス削減への行動変容を促すために、自由度の高

い冊子である“ZINE”<sup>\*3</sup>を制作したことです。

## 食品ロスを「楽しみながら」削減する

食品ロス削減のためには継続性が絶対に欠かせません。家庭での一般的な食品ロス削減方法は、カレンダーを用いて食材を日付管理することや、買い物へ行く前に家庭内の食材の在庫を確認することなどが挙げられます。これらは削減に確実に貢献するものの、面倒と感じて続かない人も多いのではないのでしょうか。そこで、私たちは「削減を楽しむ」ことができれば、若者が食品ロス削減に継続的に取り組むようになるのではないかと考えました。

食品ロス削減を楽しむ方法を模索した結果、スパイスカレーに着目しました。カレーには余った食材を活用しやすく、料理上手ではない人でも作れるなど、利点が多数あります。そして、スパイスカレーはスパイスの調合によって異なった香りを放ち、使う食材によっても味が変わるため、自分らしさやこだわり、さらには楽しさまでも表現することができるのです。一見ハードルの高そうな料理ととらえがちですが、4種類のスパイス(例えば、ターメリック、クミン、カイエンペッパー、コリアンダー)さえあれば、好きな食材を炒め、煮込むだけで作れる、簡単な料理です。

獨協大生100人に大学生が捨ててしまいがちな野菜をアンケート調査したところ、キャベツ、にんじん、もやし、レタス、ねぎがトップ

\*1 環境省「食品廃棄物等の利用状況等(平成28年度推計)概念図」<https://www.env.go.jp/press/files/jp/111342.pdf>

\*2 農林水産省「平成26年度食品ロス統計調査報告(世帯調査)」[http://www.maff.go.jp/j/tokei/kouhyou/syokuhin\\_loss/#1](http://www.maff.go.jp/j/tokei/kouhyou/syokuhin_loss/#1)

\*3 自作の文章や絵、写真等を少量印刷した冊子。「magazine」が語源とされる。

5であることが判明しました。そこで、著名なカレー研究家の水野仁輔さんに、それらの野菜を用いたスパイスカレーである「ベジタブルキーマカレー」を開発していただきました。

## ZINE『FOOD ISSUES』の発行

2018年11月、スパイスカレーを用いた食品ロス削減に若者の関心を引きつけ、行動を促すためのZINEとして『FOOD ISSUES – The Road to SDGs People –』を制作しました(写真1)\*<sup>4</sup>。副題にSDGsを入れたのは、食品ロス削減に取り組んだ若者が将来SDGsの実現を担う人材になることを期待しているためです。

この冊子で工夫した点は、人が行動変容をする際に「無関心期」から始まり「関心期」「準備期」「実行期」「維持期」の5つのステージを通ると考える「行動変容ステージモデル」を取り入れたことです。食品ロスの現状を知りながらも実践することができずにいる若者は、関心期から自分で行動を起こす準備期への移行でつまづいています。多くの若者を準備期に移行させるためには、「楽しさ」と「食品ロス」というキーワードをどう結び付けるかが鍵だと考えました。

制作に当たり、私たちはこの5つのステージを①知識編(無関心期) ②魅力編(実行期) ③実践・定着編(維持期)の3つに再編しました。

①知識編ではSDGsと若者の食品ロスの現状を明示し、②魅力編ではスパイスカレーが食品ロス削減に適した料理であることを解説しました。そして、③実践・定着編では大学生がスパイ

写真1 若者へ捧ぐZINE『FOOD ISSUES』

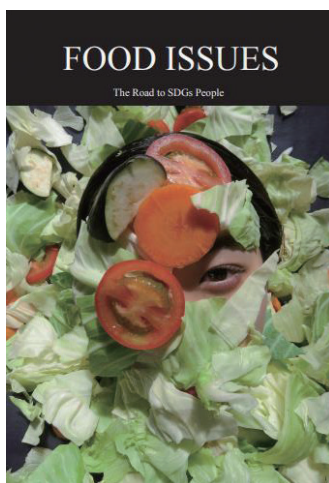


写真2 エコプロ2018での出展ブース



スカレーの料理法を習得する過程をストーリー仕立てで描いています。各ステージを簡潔かつ具体的にまとめることで、若者に食品ロス削減の入り口から継続性までの道筋を示し、順を追って理解できる構成としました。

## エコプロ2018での反応

私たちは調査研究のアウトプットの場として、2018年12月6日から8日まで東京ビッグサイトで開催された環境に関する総合展示会「エコプロ2018」を選びました。スパイスカレーを活用した食品ロス削減方法を約650人に説明するとともに、ZINE『FOOD ISSUES』を500部ほど配布しました(写真2)。

来場者とのブースでの対話を通して、多くの人々が私たちの活動に興味を持ち、とりわけ「楽しさ」に賛同してもらえたことを一同とてもうれしく思っています。この出展をきっかけに、消費者庁のウェブサイトでも活動のようすやZINEが紹介されました\*<sup>5</sup>。

## 将来の食品ロス削減に向けて

食品ロスの発生量はここ数年、年間600万トンを超えている状況であるがゆえに注目を集め、多様な削減策が実施されてきました。私たちの方法に限らず、各人が意識を高め、自分に適した削減方法を見いだせたなら、Zero Food Wasteな社会に近づくのではないのでしょうか。

\* 4 高安健一ゼミナールフェイスブック 2018年11月30日の投稿からダウンロードが可能。 <https://www.facebook.com/takayaseminar2017/>

\* 5 消費者庁「提案の扉」 [https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_policy/information/food\\_loss/proposal/](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/proposal/)