

食とくらしのサステナブル・ライフスタイル研究会

「食とくらしのサステナブル・ライフスタイル研究会」は、
味の素、花王、そしてCSR・環境コンサルティングのイースクエアが、
よりサステナブルなライフスタイルの実現に、身近な食やくらしから貢献しようと、2011年に立ち上げた研究会です。
楽しくエコライフを実践するための生活者の意識調査や研究、
生活者と企業が一緒に考える場の提供や情報発信などに取り組んでいます。

Eat Well, Live Well.
Aj
AJINOMOTO

kao
自然と調和する
こころ豊かな毎日をめざして

E-SQUARE

食とくらしがつくる
地球の未来

楽しいエコライフを実践するために

「食とくらしのサステナブル・ライフスタイル研究会」は
味の素、花王、そしてCSR・環境コンサルティングのイースクエアが
よりサステナブルなライフスタイルの実現をめざして
身近な食やくらしから貢献しようと、2011年に立ち上げた研究会です。

2011年
食とくらしの
サステナブル・ライフスタイル
研究会設立

2012年



エコプロダクツ2012フォーラム開催

「食とくらしがつくる地球の未来」をテーマに、主婦、学生、専門家、企業がそれぞれの立場から、「くらしの中のエコ」について提案、意見交換を実施。主婦など約550人が参加

1 東北大学大学院・石田秀輝教授（当時）による基調講演
2 3 花王や味の素の社員チームが省資源や時短に配慮したエコ製品や、素材をムダなく活かしきるものづくりを紹介
4 壇上にあがったチームからの提案に賛否を示す会場の皆さん

2013年



3箇所で生活者ダイアログを実施

生活者の皆さんが、直接ものづくりの現場や最先端のエコ研究施設を見学し、企業といっしょにエコライフについて考えるダイアログを、味の素川崎工場、花王エコラボミュージアム、東北大学の3箇所で実施

5 味の素川崎工場の「ほんだし®」工場。工場で使用した水をきれいにする排水設備なども見学　6 花王和歌山工場内にある花王エコラボミュージアム。洗剤が汚れを落とす仕組みを知る実験も　7 東北大学大学院の石田先生の研究室（当時）を見学し、皆で未来のエコライフについてディスカッション

2014年



調査＆ワークショップ

「エコ家事レシピ」を実践してみるトライアル調査やグループインタビューなどを通じて、生活者の皆さんのエコ行動への関心や実践のステップを調査・研究。よりエコで楽しいライフスタイルの提案を目指す

8 ペルソナを用いたアイデア事例
20代前半、地元密着で暮らす「節約上手なマイルドヤンキー夫婦」には、「生まれてくる子どもが地元の川で水遊びできるようになったらいいと思いませんか?」といった身近な地域に根ざしたアプローチを検討

2015年



川崎市と連携して開発
次世代を担う子どもたちを対象とした
「体験型環境教育プログラム」

地域の自治体や学校、NPO・NGOなどと連携して、「地域に根ざした活動」「家族ぐるみで楽しくできる」「やったことをほめられる」というプログラムを開発

2016年
2017年



夏休み親子チャレンジ

川崎市内の小学5年生とその保護者を対象に、工場見学、お話、実験、グループワークなどのリアルな体験と家庭での実践により、1人ひとりがエコなライフスタイルを考えられるようにと、プログラムを実施

第1期
生活者とともに「くらしの中のエコ」を考える場を創る

第2期
生活者のエコ意識と行動を探る

第3期
生活者に楽しく♪エコ行動を促す

毎日の暮らしに密着した食品や生活用品を提供する企業として、どのように働きかけると、生活者が心豊かでサステナブルなライフスタイルを実現できるか、をテーマに、「食とくらしのサステナブル・ライフスタイル研究会」は誕生しました。

研究会としての最初のステップは、生活者の皆さんとともに、「くらしの中のエコ」を考える場を創ることから始まりました。

その翌年、エコプロダクツ2012で開催した「いっしょにつくろう 私たちのサステナブル・ライフスタイルフォーラム」には約550人が参加。主婦、学生、専門家、企業それぞれが立場を超えて、「くらしの中のエコ」について意見や情報を交換しました。

そこで高まった「もっと企業や商品のエコを知りたい」「役立つエコの知恵を共有したい」「最新のエコを勉強したい」といった声に応え、2013年に味の素川崎工場、花王エコラボミュージアム、東北大学の3カ所でダイアログを実施。毎回、エコな暮らしに関心のある15名の皆さんにご参加いただき、工場や研究施設の見学と、社員とともにグループディスカッションを行いました。

2014年、より楽しいエコライフの実践に向けて、生活者のエコ意識や行動を知るための調査やワークショップを実施します。

ライフステージの異なる主婦の皆さんに、買い物や料理、洗濯、掃除などといった、家事まわりのエコ行動に実際に取り組んでいただき、暮らしにエコを取り入れるきっかけとなる取り組みや、それを続けるモチベーション、反対に一度は始めたものの続けられなかった取り組みの理由を探りました。

そこから導き出されたのは、「地域に根ざした活動」「家族ぐるみで楽しくできる」「やったことをほめられる」という3つのキーワード。これを実践するには地域の自治体や学校などとの連携が不可欠です。そこで2015年、味の素、花王両社の工場がある川崎市と連携し、次世代を担う子どもたちを対象とした「体験型環境教育プログラム」を開発することにしました。

川崎市内の小学5年生とその保護者を対象に、毎日の暮らしと環境課題とのつながりを理解し、家族や地域とともにエコな活動に取り組んでもらうプログラムは「夏休みチャレンジ」と名づけられ、2016年と2017年に、連続で開催しています。

詳しくはこちらを！

- 2012年 フォーラム
- 夏休みチャレンジ2016
- 2013年 ダイアログ
- 夏休みチャレンジ2017

調査と研究から見えてきたエコライフのために大切なこと

より楽しいエコライフを一人でも多くの生活者に実践していただくために、どういう活動が必要なのかを探るため、研究会では2014年に独自のワークショップを行いました。

調査の背景と目的

前年までの活動を通して、料理や洗濯などの家事まわりで、エコの工夫が浸透していない実態がわかりました。やり方がわからないことに加えて、エコは「環境のためにやりたいことをガマンすること」といったマイナスのイメージを持っている様子もうかがえました。そこで、この調査では、エコのやり方をあらかじめ伝えた上で、生活者がそれを実践する「きっかけ」やできない「ハードル」を明らかにしようと考えました。

「エコ家事レシピ」実践調査

これは、買い物、料理、洗濯など22項目のエコ家事を実際に経験していただくもので、仕事や子供の有無、結婚してからの年数など、条件の異なる24名の皆さんにご協力いただきました。

最初のグループインタビューで、「エコ家事レシピ」の内容を伝え、2週間エコ家事を実践していただいた後、2回目のインタビューで取り組んでみた感想や意見を聞きました。さらに3週間後、インターネットによるアンケートを行い、行動の定着度を調べました。それを基に、調査にご協力いただいた方のうち5名と研究会とでワークショップを実施。ペルソナを用いたアイデア事例から考察を重ね、大切な要素をまとめました。

エコライフに大切な要素

① 自分や家族にとって前向きなライフスタイルに感じられること。そのためには「身近なところで」「家族と一緒に」「楽しく」取り組めて、それを「認めてもらったり、ほめてもらったりすること」。

② 自分や家族が暮らす地域などの身近なところで、自分が取り組んだ効果や変化を実感できること。

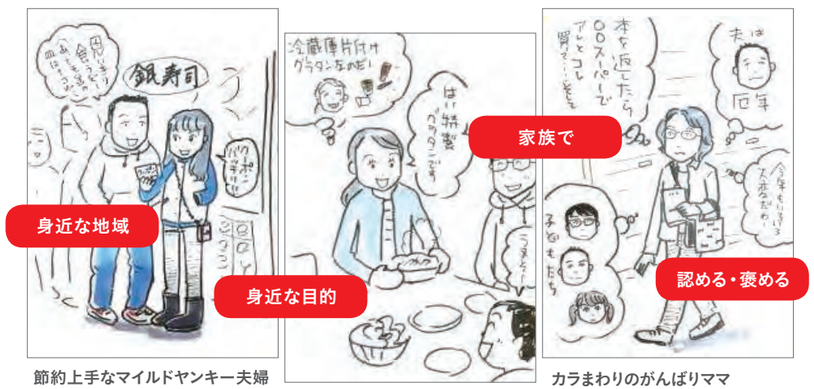
③ 身近な毎日の暮らしが、地球や未来の環境とつながっていると感じられること。

これら3つの要素を推進する体制として、自治体やNPO、教育プログラム、「食とくらしがつくる地球の未来 みんなでいっしょに考えよう 夏休みチャレンジ」が誕生しました。この名前には「身近なくらしと地球の未来とのつながりを知って、エコライフにチャレンジしてほしい」という研究会の想いが込められています。

調査結果をアクションへ

これを元に検討を重ねた結果、川崎市との連携による体験型環境

ペルソナ（仮想の人物像）を用いたエコライフ実践のアイデア事例



節約上手なマイルドヤンキー夫婦
地元密着型の暮らしで、節約意識は高いが、環境意識は低い
≫
生まれてくる子どもが地元の川で水遊びできるようになるとか、地元の仲間と地産地消の朝市で買い物をして、食材使いきり節約料理術も教われば、ごみも減らせて一石二鳥! というメッセージなら身近では?!

家族想いのやりくり上手ママ
40代パート。家事はパパッとこなし、冷蔵庫の片付け料理も得意
≫
家族のコミュニケーションを生む体験型ワークショップや親子エコ自由研究に興味や関心があるのでは?!

カラまわりのがんばりママ
40代専業主婦。頑張っているのに報われない、誰か私をホメて〜
≫
イケメンシェフのエコ料理教室やコンテストなど非日常の楽しい場で、ほめられる機会をもつことで、エコライフが実践できるのでは?!

「エコ家事レシピ」実践トライアル調査の概要

2014年10月〜12月
第1回 グループインタビュー＆レシピ説明

「エコ家事レシピ」の実践（2週間）
行動チェック表、日記、アンケート

第2回 グループインタビュー

3週間後 webアンケート

2015年1月〜2月
対象者と研究会メンバーとの協働ワークショップ3回

未来の地球環境のために、自ら考え行動する力を育む

小学5年生と保護者の『夏休みチャレンジ』

「夏休みチャレンジ」は、オリジナル工場見学と体験型プログラムによる「リアルな体験」、
約1カ月書き続ける環境日記や家でのエコなカレーづくりによる「家庭での実践」、
プログラムを通じて得た知識や考えのまとめ・発表と、それを「ほめる」表彰で構成されています。

オリジナル工場見学＋体験型プログラム

通常の工場見学に環境の要素を加え、企業ならではのエコな取り組みを紹介。料理や実験など、リアルな体験により、エコへの納得、発見につなげている



手を動かす

本物に触れる

共有する







＋

家庭での実践

家庭の中でのエコの気づき
家族との共有



日々のエコ行動やアイデアなどを書く「環境日記」



食材選びや食器洗いなどエコを意識したカレーづくり

まとめ発表・修了式







全日程の振り返り







自分の家と地域、日本、世界、地球のつながりを、グループごとに模造紙にまとめて発表。川崎市と研究会は、1人ひとりの頑張りをほめ、表彰する

ステークホルダーと連携

「夏休みチャレンジ」は、企画、実践にあたって、関係者すべてが役割を担い、参加者と対話しながら共に考え学ぶプログラムで、その実効性を高めるために、教育分野に知見のあるNGOやNPOの協力を得ています。また、学校現場などさまざまなステークホルダーと連携を進めることで、地域社会における活動の広がりと定着をめざしています。体験を共にすることで、生活者、企業、行政それぞれの視点の違いに気づいたり、逆に、立場は異なっても、環境や未来への想いは共通であることが見えてきたりするなど、さまざまなステークホルダーが連携するプログラムならではの発見と喜びがあります。



みんなでいっしょに考えよう

～夏休みチャレンジ～



リアルな体験 ワークショップ

川崎市全域が写った大きな航空写真の上で、環境に関連した施設を見つけるゲーム

研究会と、環境先進都市・川崎市が開発した、体験型環境教育プログラム「夏休みチャレンジ」。

2016年と2017年の二度の開催を経て、メンバーが手応えと展望を語り合いました。

さまざまな立場の人が連携

「自分たちの暮らしと環境のつながりを理解するためには、身近な環境から目線を広げていくと取り組みやすいですね」とイースクエアのエクベリさん。はじめは緊張気味だった子どもたちも、自分たちの暮らす川崎市が舞台とあって、プログラムに対してすぐに積極的になりました。

「これまでの調査と研究で、周りの人と一緒に取り組めることも重要だと分かったのです。そこで味の素と花王、両社の工場がある川崎市が連携して、工場見学やワークショップを行うプログラムを考えました」と語る花王の柳田さんに、川崎市の宮川さんも「環境意識だけでなく地域愛も育むプログラムですね。お子さんと保護者が一緒に体験することで、相乗的に環境意識が高まっていくことがよく分かりました」とうなずきます。

「お子さんとの会話が増えたという声もありました。これもエコを暮らしに定着させる大きな要素だと思います」と柳田さん。

企業、行政、生活者、さまざまな立場の人の連携が重要なカギであることを一同実感しました。

夏休みチャレンジとは

「夏休みチャレンジ」は、川崎市内の小学5年生とその保護者を対象に、「リアルな体験による納得・発見」「家庭での実践」「ほめられること」などによる、達成感を重視した体験型環境教育プログラムです。
行政と企業が連携し、その地域ならではのプログラムを開発・提供する新しい取り組みは、2017年度キッズデザイン賞を受賞しています。





プログラムの目的と内容

このプログラムの目的は、未来を担う子ども達に、自分たちの暮らしと地球規模の環境課題との「つながり」について考え、未来も心豊かな暮らしが実現できるよう、“環境にとって正しい選択と行動”がとれるようになってもらうこと。
参加者は、工場見学や実験、ワークショップなどに取り組む中で、社会の一員として、どう行動すべきかを考えました。



リアルな体験 本物に触れる

味の素川崎工場で、排水処理施設にて実際にきれいになった水を見学



リアルな体験 自分の目で確かめる

花王が開発した洗濯の際のすすぎが1回ですむ洗剤で泡の消え方を、従来の洗剤と比較



リアルな体験 気づきを得る

川崎市の水、ごみ・資源、エネルギーとみんなの家とのつながりを説明する宮川さん

楽しい活動をみんなでしよう

ワークショップでは、一緒に取り組んだ味の素や花王のメンバーが、子どもたちの様子をよく見て、それぞれのいいところをほめていました。「もちろん、お子さんたちが一生懸命に取り組んでくれたからこそです」と味の素の長谷川さん。「子どもがほめられることで、親子ともに達成感を抱く。そうした感情もまたモチベーションになります」。

実際に参加者からは、「環境にいいことは大変だけれど、子どもとやっているうちに習慣化していきました」と感想を書いてくれたお母さんも。「自分が周囲の人にエコを広げて、そこからもっと他の人に広げてもらおう」という子どもなど、研究会が期待した通りの言葉が寄せられました。

「この取り組みを通し、楽しい活動であることが大事だと、改めて学びました」とエクベリさん。

「川崎市としても、このプログラムを広く発信し、今後の活動に生かしていきたい」と宮川さん。

「SDGsの12番目にある『つくる責任、つかう責任』と、17番目の『パートナーシップで目標を達成しよう』は、まさにこの考え方だと思います」と柳田さん。

「取り組みに広がりを持たせるためにも、何が効果的だったのかを解析し、キラーコンテンツを抽出した、『川崎モデル』として、他の地域や企業にも展開できないかと考えています」と長谷川さん。

このプログラムを通じて、研究会も参加者の皆さんから学ぶことが多い。そう最後にあらためてメンバーの意見が一致しました。



ほめられる 修了式

川崎市環境局地球環境推進室長の齋藤徳明さんから1人ひとりに修了証が手渡される。一緒にワークショップに取り組んだ研究会メンバーからもメッセージが贈られる

家庭での実践

環境日記＆家族との共有

暮らしの中のエコを環境日記に書き、共有。最終日にプログラムで印象に残ったことを親子ペアで書き出し、それをもとに考えた「未来の自分への約束・メッセージ」を子どもから発表



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

SDGs（持続可能な開発目標）

12 つくる責任 つかう責任

12 つくる責任 つかう責任

17 パートナーシップで目標を達成しよう

17 パートナーシップで目標を達成しよう

KIDS DESIGN AWARD 2017

明確な目的と多様なステークホルダーの協業による実効的なプログラムが評価され、「子どもたちの創造性と未来を拓くデザイン部門」で2017年度キッズデザイン賞受賞

企業情報：花王 http://www.kao.com/jp/　味の素 https://www.ajinomoto.com/jp/　イースクエア http://e-squareinc.com/



発行

2017年12月

食とくらしのサステナブル・ライフスタイル研究会

お問い合わせ

味の素株式会社

〒104-8315 東京都中央区京橋一丁目15番1号

☎03-5250-8165　csr_info@ajinomoto.com

https://www.ajinomoto.com/jp/activity/

花王株式会社

〒103-8210 東京都中央区日本橋茅場町一丁目14番10号

☎03-3660-7115　eco.together@kao.com

http://www.kao.com/jp/corporate/sustainability/

FSC

VEGETABLE OIL INK