



次はおむすびの材料を買おう～！
エシカル消費って知っているかな？



エシカル消費～？



「エシカル消費」ってなに？

エシカル消費とは、人や社会、環境、地域などにやさしく思いやりのあるお買い物をする事です。

・障がいのある人の助けになる商品を選ぶ。

・地元の商品を選ぶ。
・被災地で作られた商品を選ぶ。



・必要なものを必要な分だけ買う。
・エコ商品を選ぶ。
・フェアトレード認定商品を選ぶ。

フェアトレードとは
途上国との貿易において公正な取引をすることにより、途上国の人々の生活を助ける。

おむすびを作ろう！何を買う？

お 米	の り	具
千葉産米 5kg 5,000円	ふぞろい焼きのり 20枚 200円	土気からし菜の漬物 150g 300円
障がい者施設での生産米 2kg 2,000円	被災地産焼きのり 10枚 350円	3日以内に食べて！ お徳用からし菜の漬物 850g 500円

恵賢商法ひっからん蔵

買い物をするために必要な情報を集め、いろいろと比べてみよう。
どれを選んでもいいよ！どうしてそれにしたのか理由を言えることが大事！

これからは、よく考えて買うことにするよ！



料理をする前や食べる前には、しっかりと手を洗うことが大切だよ～！

手洗い博士になろう！

正しい手洗いは、食中毒予防の第一歩です。石けんやハンドソープをよく泡立て、特に汚れが残しやすいところに気を付けて、しっかり洗いましょう！（2回洗うほうがいいでしょう）

手のひら

手のこう

汚れが残しやすいところ

- ① 指先(爪の間も)
- ② 指と指の間
- ③ 手のひらのしわ
- ④ 親指の付け根、ふくらみ
- ⑤ 手首

爪の間や手首まで
しっかり洗おう！



千葉市ホームページ(動画)
「食中毒予防に役立つ手洗いの手順」