

# 食品ロス削減の取組を学ぶ 「なんでやろう? 食品ロスカードゲーム」 「もったいないやん活動隊」について



なんで  
やろう?  
食品ロス



大阪府環境農林水産部  
流通対策室 ブランド戦略推進課総務・企画グループ  
NPO法人Deep People(取材協力)

# 食品ロス削減の取組を学ぶ 「なんでやろう? 食品ロスカードゲーム」 「もったいないやん活動隊」について

大阪府環境農林水産部  
流通対策室 ブランド戦略推進課 総務・企画グループ  
NPO法人Deep People(取材協力)

なんでやろう? 食品ロスカードゲーム

URL: <https://www.osaka-foodlosszero.jp/game/index.html>

大阪府もったいないやん活動隊

URL: <https://www.osaka-foodlosszero.jp/katsudotai/>

日本の食品ロス量は年間約472万トンと推定されており、これは国民一人当たり年間約38kgに相当します。食品ロス問題は、生産から消費までのあらゆる段階で発生しており、解決には一人ひとりが食品ロスについて意識を高め、行動を起こすことが重要です。大阪府が制作した「なんでやろう?食品ロスカードゲーム」は、遊びながら食品ロス問題について考えられる教材として、「消費者教育教材資料表彰2024」において「消費者庁長官賞」を受賞しました。本教材の特徴や活用事例と、大阪府が食品ロス削減の啓蒙活動として取り組んでいる「もったいないやん活動隊」について、大阪府環境農林水産部 流通対策室 ブランド戦略推進課 総務・企画グループ、NPO法人Deep Peopleに、お話を伺いました。

## カードゲームでSDGs、環境教育、食育が学べる小学生(4年生以上)向け教材

——「なんでやろう? 食品ロスカードゲーム」の概要や教材を制作した背景を教えてください。

「なんでやろう? 食品ロスカードゲーム」(以下本教材)は、たこ焼きを作って消費するまでの過程でどのような食品ロスが出るのか、また、その食品ロスをどのように解決できるのかを、遊びながら学べる教材です。

教材を制作した背景について、食品ロスはフードサプライチェーン(\*1)の各段階において多様な要因で発生しています。そこで、消費者である私たちの考え方や行動が、食品ロス削減に繋がっていることを知っていただくために、興味を持ちやすく楽しく学べる教材として、大阪名物のたこ焼きを題材にこのカードゲームを制作しました。

本教材の制作にあたっては、教員の方々へのヒアリングを実施したり、授業での実践を通じて得られた意見を取り入れたりしながら、幅広い年代の方々に楽しんでいただけるよう改良を重ねました。

また、本教材については、令和3年に開設した、食品ロス問題を学ぶポータルサイト「もったいないやん へらそう食品ロス」からダウンロードが可能な他、ゲームの遊び方紹介動画、先生方・指導者の方向けのマニュアルや授業用スライド、グループワーク用の記入用シート、ワークシートも用意しておりますので、ぜひご活用いただけますと幸いです。



ダウンロードできる授業用スライド

本教材は公益財団法人消費者教育支援センター主催の消費者教育教材資料表彰2024にて「消費者庁長官賞」を受賞させていただきました。

その際、審査員の方々からは「どうやって食品ロスを減らすことができるかを主体的に考えさせるよう工夫されている」との評価をいただきました。私たちも本教材には「食品ロス問題について、自ら考え行動してほしい」との思いをこめて制作したので、その部分が評価されたことは大変うれしく感じております。

.....

(\*1) フードサプライチェーン: 食品の生産から消費者の手元に届くまでの一連の流れのことです。具体的には、

- ・生産(農業・漁業・畜産)
- ・加工・製造
- ・流通・卸売
- ・小売
- ・消費

であり、これらの各段階を経て、食品が消費者に届きます。それぞれの段階で食品ロスが発生する可能性があり、その削減が課題となっています。

# 「なんでやろう? 食品ロスカードゲーム」の特徴と工夫ポイント

## POINT1 プレイヤーたちが話し合って、ゲームを進行していく

食品ロス削減につながるカードかどうかを判断するのはプレイヤーたち。そのため、食品ロスについてプレイヤー同士で話し合うことができ、考えを深めることができます。

1. 自分の持っているカードから、食品ロスカード●を削減できる食品ロス削減カード●を出します。  
ここでのヒントも左上のマークです。

マークが同じものを出せるよ

ここがポイントだよ

2. 食品ロス削減カード●に書かれている内容を、カードを出した人が読み上げます。

3. マークが同じでも、使えない食品ロス削減カード●が含まれるので、使えるか使えないかは、全員が話し合って決めます。

## POINT2 グループワークでオリジナルカードを作成!

【グループワーク】  
「さがせ! もったいないやん!」

考えてみよう!

- どこで、どんな食品ロスが出ているのか
- どうやって食品ロスをへらすことができるのか

場所	外食 (お店)	お家	お買い物	学校給食
どんな食品ロスが出ているのか				
どうやって食品ロスをへらすのか				

【グループワーク】  
オリジナルカード作成!

オリジナルの食品ロス削減カード (青色) を作ってみよう!

「給食を食べはじめるのが遅くて、残してしまった」「家にまだあるのに、同じ食材をスーパーで買ってしまった」等の議題に合わせ、解決するためのオリジナルカードを作成できます。食品ロスが発生する状況をグループワークで話し合い、解決するための方法を考えることで、身近な問題として食品ロスを捉え、日常生活での具体的な行動につなげることができます。



## 本教材の活用事例

### 小学生から大学生まで幅広い層が遊んで学べる教材

——「なんでやろう? 食品ロスカードゲーム」をプレイした方の感想や反響を教えてください。

小学校の先生からは「遊びながら様々な食品ロスのシチュエーションを知ることができました。児童がお互いに話し合っ、これなら食品ロスにならなくて済む、と納得して進めるというルールがとても良かったです」等のお声をいただいています。また児童からも「カードゲームとして面白い」「ゲームで学んだこと、みんなで話し合ったことを家でも実践したい」との感想をいただきました。

また、本教材は、サイトからダウンロードが行えますが、トランプのようなカードになったものも100セットほど用意しており、貸出しも行っています。大阪府内だけでなく、SDGsについて勉強している北海道の大学生から「学園祭で本教材を使用したい」とご連絡いただき、貸出しを行うこともありました。本教材に興味がある、または学校、サークル、イベント等で使用したいという方は、ぜひご連絡をいただけますと幸いです。

——「なんでやろう? 食品ロスカードゲーム」の今後の展望を教えてください。

2023年の実績として、本教材を使用した出前授業を13回、イベントを9回実施し、合計1,798名の方にカードゲームを通して食品ロス削減の啓発を行いました。今後もこのような啓蒙活動が続けていくとともに、より多くの方々に、より多様な場で活用してもらいたいと考えています。また、ルールが複雑というご意見をいただいていることから、よりわかりやすい簡略版のルールの紹介もしていきたいと考えています。

これからも多くの方々が楽しみながら食品ロス問題について学べるよう、より使いやすく親しみやすい教材へと改良を重ねていきます。

## 大阪府が推進する食品ロス削減の取組の一環として設立された参加型プログラム「もったいないやん活動隊」とは?

——「もったいないやん活動隊」の概要や取組を教えてください。

「もったいないやん活動隊」は、食品ロス問題について学び、食品ロス削減の取組推進や普及啓発のために、地域活動や学校への出前講座など多様な分野で積極的に活躍していただくボランティアのことを指します。大阪府では令和4～6年度、以下に該当する方を対象に活動隊員を募集しました。

#### 【対象】

- 大阪府内に在住又は在学若しくは在勤の方で満18歳以上の方(ただし、高校生を除く)
- 自身が属する地域、学校及び職場などで食品ロス削減に取り組んでいる、又は今後取り組みたい方
- 座学講座、体験実習受講後、「もったいないやん活動隊」として登録し、食品ロス削減対策の推進を図るために消費者啓発などの活動を積極的に行っていただける方

活動隊員になるには、「もったいないやん活動隊養成講座」(座学3回、体験実習1回)に参加していただきます。活動隊員になっていただいた方には「なんでやろう? 食品ロスカードゲーム」を5セットずつ進呈し、活動隊員としての活躍を応援しています。

## 取組事例

### もったいないやん活動隊3期生 第3回目養成講座(座学)取材

2024年9月28日に行われた養成講座(座学)は、株式会社ライフコーポレーションが運営するバイオガス発電所で開催され、14名のもったいないやん活動隊候補生が参加しました。

講座ではまず、株式会社ライフコーポレーションの米谷氏がスーパー・ライフで行われている食品ロス削減活動についての取組、バイオガス発電の仕組みや発電量等を講演しました。

バイオガス発電施設も見学し、食品残渣を発酵させる様子などを間近で確認することができ、候補生たちも熱心に米谷氏の解説を聞いていました。

続いて、認定NPO法人グッドネーバーズ・ジャパンの明石氏による未利用食品寄贈の受取・保管・受渡しについての講演がありました。ひとり親世帯が置かれている現状については、ニュース等の情報だけでは知ることができない内容も多く、候補生からは「初めて聞く内容ばかりで驚いた。今後はフードバンクの活動にも参加したい」等の感想が出ていました。

最後のグループディスカッションでは、上記2つの講演を聞いた感想や、今後もったいないやん活動隊員として何ができるのかについて活発に意見を出し合いました。

「もったいないやん活動隊」の事務局を務めるNPO法人Deep People(\*2)の中尾氏は今回の養成講座(座学)について、

「食品ロス問題は消費者一人ひとりが意識し、行動を変えることで削減できます。食品関連事業者も食品ロス削減活動をしています。1社だけでは問題を解決することは難しいのが現状です。また食品ロス問題について理解するには、フードサプライチェーン全体を知り、それぞれの事情を理解した上で、消費者の行動変容を促すことが大切だと考えているため、今回の養成講座では川上から川下まで様々な事業者のお話を聞き、現場を見る機会を創出しました。

活動隊員の方々がこれらの経験を通じ、学びを深め、それぞれの地域で食品ロス削減啓発を担う人材となることを願っています」と述べました。



熱心にバイオガス発電施設の解説を聞くもったいないやん活動隊候補生たち。奥の「LIFE」と書かれた施設が食品残渣を発酵させるバイオガスプラント。(写真左)



バイオガス発電に利用される食品残渣。バイオガス発電に用いることで、年間約4,380トン食品廃棄物を削減できるという。(写真右)

---

(\*2) NPO法人Deep People: 社会課題を解決する人材の育成をミッションに2007年から活動をしています。環境問題、障害福祉、子どもの福祉など様々な分野で活動していますが、食品ロスの課題に対する取組は、当法人が運営しているフリースクールに通っていた児童がきっかけでした。その児童は父親が経営する飲食店で、お客さんの食べ残しの多さ気づきそれを減らしたいと考え、カードゲーム「食べ残しNOゲーム」を考案しました。現在当法人ではそのカードゲームを活用し、学校教育やイベントにて食品ロス削減啓発を行なっています。

## カードゲームで見つける! 食品ロス削減のアイデア

——消費者教育を担う先生方や、一般消費者の皆さんにメッセージをお願いします。

「なんでやろう? 食品ロスカードゲーム」を通して、食品ロス問題について楽しく学ぶきっかけを作っていただきたいと思います。このカードゲームを通じて、私たちが日々食べている食品が、どのように製造され、流通し、販売されて食卓に届くのかを考えるきっかけになれば幸いです。そして、スーパーや家庭など、身近なところから食品ロス削減に取り組んでいただければと思います。

——ありがとうございました。

### もっと知りたい方はこちら!

「なんでやろう? 食品ロス」出前講座:

<https://www.osaka-foodlosszero.jp/katsudotai/class/index.html>

「なんでやろう? 食品ロスカードゲーム」先生方・指導者の方へ:

<https://www.osaka-foodlosszero.jp/to/index.html>