

「世界食料デー」月間 チラシ 発展編

<ダイヤモンド・ランキング>

(先生・ファシリテーター用解説)

世界の今を知ったら、ぜひこれから食を守るために自分たちにできることを考えてみてほしい。そのためのワークとして、ダイヤモンド・ランキングを紹介します。

■ワークのねらい：

食を守るために自分にできる選択肢を知り、自分なりの尺度でそれらに優先順位をつけることで、今やるべきこと・今の自分でも取り組めることを明確にする。そうすることで、行動へのハードルを下げ、実際のアクションにつなげやすくする。

■実施方法：

- ・ 所要時間：40 分
- ・ 形式：個人ワークの後、話しやすい4～6人程度のグループを作って話し合う
- ・ 想定対象年齢：小学校5年生以上
- ・ 使用する資料：「チラシの解説(先生用)」

「公式チラシ」×人数分

「アクションシート (A4)」×人数分

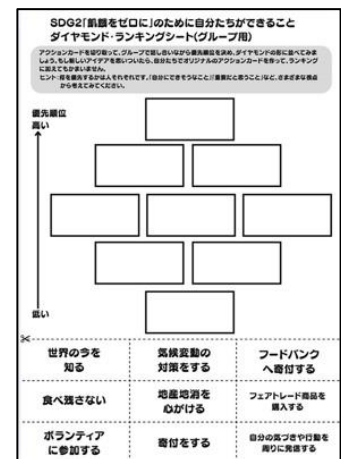
「ダイヤモンド・ランキングシート (A4)」×グループ分



公式チラシ



アクションシート(個人用)



ダイヤモンド
ランキングシート(グループ用)

【STEP 1】食料問題の現状を知る（10 分）……配布資料：公式チラシ（人数分）

「世界食料デー」月間の公式チラシを配布し、世界の飢餓や食料問題について把握する。説明に際しては、「チラシの解説(先生用)」を参照。

【STEP 2】グループワーク(20 分) ……配布資料：アクションシート（人数分）・ダイヤモンドランキングシート(グループ分)

- ① 飢餓や食料問題を改善するために一人ひとりの行動が大事であると強調した上で、自分にできることを考えてみようと呼ぶ。
- ② アクションシートを配布し、本資料 3-5p を参考に 9 つのアクションについて解説する。その際、9 つのアクションの候補はあくまで例であるので、他にもできることがある旨を説明する。
- ③ 次に、グループになり、ダイヤモンド・ランキング*シートを配布し、シート下部のアクションカードを切り分け、グループごとの優先順位でダイヤモンド・ランキングの枠に当てはめて置いてみる。この際、優先順位の付け方は、自分にできること、重要なことなど、各自で判断してほしいと伝える。
- ④ 時間がある場合、オリジナルのアクションを付箋や白紙の紙に書き込んでランキングに含めてもいい。

【STEP3】振り返り(10 分)

グループで作ったランキングをアクションシートに記入し、参考にしながら、「自分がやろうと思うアクション」を 1 つ決めて記入する。

この時、あくまでも「**自分**」がすぐにできることを考えてもらうよう伝える(例：私の家では賞味期限切れのものもすぐ捨てていたけど、まだ食べられるので捨てないようにしたいです)。

全体で各自の宣言を共有しても良い。アクションシートは家庭に持ち帰り、家族とも話してほしいと伝える。

*ダイヤモンド・ランキング：

最も優先度が高い意見を 1 つ、2 番目に優先度が高い意見を 2 つ、3 番目を 3 つ、4 番目を 2 つ、最も優先度が低い意見を 1 つ選んで下図のようにダイヤモンド型に並べる。

「優先度が高いこと」以外にも、「自分にできること、できないこと」、「重要だと思うこと」など様々なテーマで考えてみることもできる。

■ 9つのアクション：

1. 世界のいまを知る
2. 気候変動の対策をする
3. フードバンクへ寄付する
4. 食べ残さない
5. 地産地消を心がける
6. フェアトレード商品を購入する
7. (支援を行う団体・組織の)ボランティアに参加する
8. (支援を行う団体・組織に)寄付をする
9. 自分の気づきや行動を周りに発信する

【アクションの解説】

1. 世界のいまを知る

日本で生活していると、貧困や飢餓を目にすることはほとんどありません。しかし世界では多くの人(具体的な数値は公式チラシや以下参考 URL を参照)が飢餓に直面しています。日本にも、世界と比較すると飢餓の問題は少ないものの、低所得世帯などで、食料不安が存在しています。いま世界で何が起きているのか知らないままでは何もできません。まずは世界や日本の現状を知ることが飢餓をゼロにするための最初の一步になります。

参考 URL：<https://worldfoodday-japan.net/world/>

2. 気候変動の対策をする

近年、気候変動による異常気象によって雨の降り方が極端になるなど、農業は大きな影響を受けています。自然災害の被害は深刻化しています。特に雨水に頼った農業が主流のアフリカやアジアの地域では雨の降る時期が少し変わるだけでも収穫に大きな悪影響が出て、飢餓につながってしまいます。気候変動を抑える行動も飢餓をゼロにすることに繋がります。

参考 URL：https://www.hungerfree.net/hunger/food_world/

3. フードバンクへ寄付する

フードバンクとは、食品メーカーや個人から余っている食品を寄付してもらい、食料を必要としている人々や団体に無償で提供する取り組みです。

フードバンクは、食品ロスを削減しながら経済的に困難な状況にある人々に食料を提供するための手段として注目されています。

参考 URL：<https://www.fb-kyougikai.net/foodbank>

4. 食べ残さない

毎年、世界で人間が食べるために生産された食料の約 1/3 が捨てられています*¹。日本の食料自給率は約 40%、すなわち約 60%の食料を輸入していることになります。しかし、日本人は毎日、1 人当たりおにぎり約 1 個分の食べ物を捨てています*²。世界では十分な量の食料が生産されているにもかかわらず飢餓がなくなる理由の一つに、生産、加工、輸送、小売、消費のそれぞれの段階での食料の廃棄や損失があります。生ゴミは水分が多いため廃棄の際に多くの燃料を必要とし、二酸化炭素も排出し、気候変動にも影響します。

*1 国連食糧農業機関(FAO)報告書「Global Food Losses and Food Waste (2011)」

*2 農林水産省

参考 URL:

https://www.maff.go.jp/j/shokusan/recycle/syoku_loss/161227_4.html

5. 地産地消を心がける

地産地消とは、国内の地域で生産された食料を、その生産された地域内で消費することです。地産地消によって日本の食料自給率を上げることに繋がるほか、移動による二酸化炭素排出量も抑えられるので気候変動対策にもなります。

参考 URL :

https://www.maff.go.jp/j/nousin/inobe/chisan_chisyo/index.html

6. フェアトレード商品を購入する

開発途上国の原料や製品を適正な価格で継続的に購入することにより、立場の弱い開発途上国の生産者や労働者の生活改善と自立を目指す貿易のしくみを「フェアトレード」(公正な貿易という意味)と呼びます*³。

労働や商品に対する適正な対価が支払われることにより、彼らは貧困から抜け出すことができ、栄養、教育、医療など生活全般が改善していくことが期待されます。

フェアトレードと書かれていない商品でも生産者に十分な対価を支払っている場合があります。しかしその一方で、不十分な対価しか支払っていない場合も少なくありません。私たちがそうした商品が無意識に購入することで、開発途上国における貧困を助長してしまっている可能性があります。

*³ フェアトレード・ジャパン公式サイト

参考 URL : <https://www.fairtrade.net/jp-jp.html>

7. (食料問題解決に取り組む団体の)ボランティアに参加する

フードバンクや子ども食堂、国際協力の団体など、食料問題の解決に取り組む団体は日本各地にあります。その多くが NPO（非営利組織：企業のように利益を生むことを目的としない団体）です。NPO には給料をもらって働く職員もありますが、無償で活動するボランティアもたくさん活躍しています。ボランティアは、「自ら進んで行動する」という意味です。

8. (食料問題解決に取り組む団体に)寄付をする

フードバンクや子ども食堂、国際協力の団体などの団体は、その多くが寄付によって運営されています。少ない金額の寄付をしてみる、学校で募金をして寄付をすることもできます。また、不用品を集めて換金し、活動資金にしている団体も多くあります。書き間違えた年賀はがきや、切手、本などを集めている団体に寄付することも、食料問題を解決する活動を力強く応援することにつながります。

9. 自分の気づきや行動を周りに発信する

自分の気づきや行動を他者(友人・家族・先生)と共有することで、周囲の人にも関心を広げたり、行動を促すきっかけを作ったりすることができます。自分の気づきは、まだ知らない誰かにとっての入口になります。同じように悩んでいた人が、あなたの考えを知って「自分にもできそう」と思えるかもしれません。

■参考資料：

世界の今を知ったら、ぜひこれから自分たちにできることを考えてみてください。

- 行動している人のインタビュー集：<https://worldfoodday-japan.net/join/interviews/>
- HFW*「あなたにできること」：<https://www.hungerfree.net/whatyoucan/>

*HFW：認定 NPO 法人ハンガー・フリー・ワールドの略。「世界食料デー」月間の事務局を務める。

(作成: 認定 NPO 法人ハンガー・フリー・ワールド学生インターン/作成日: 2025 年 7 月)