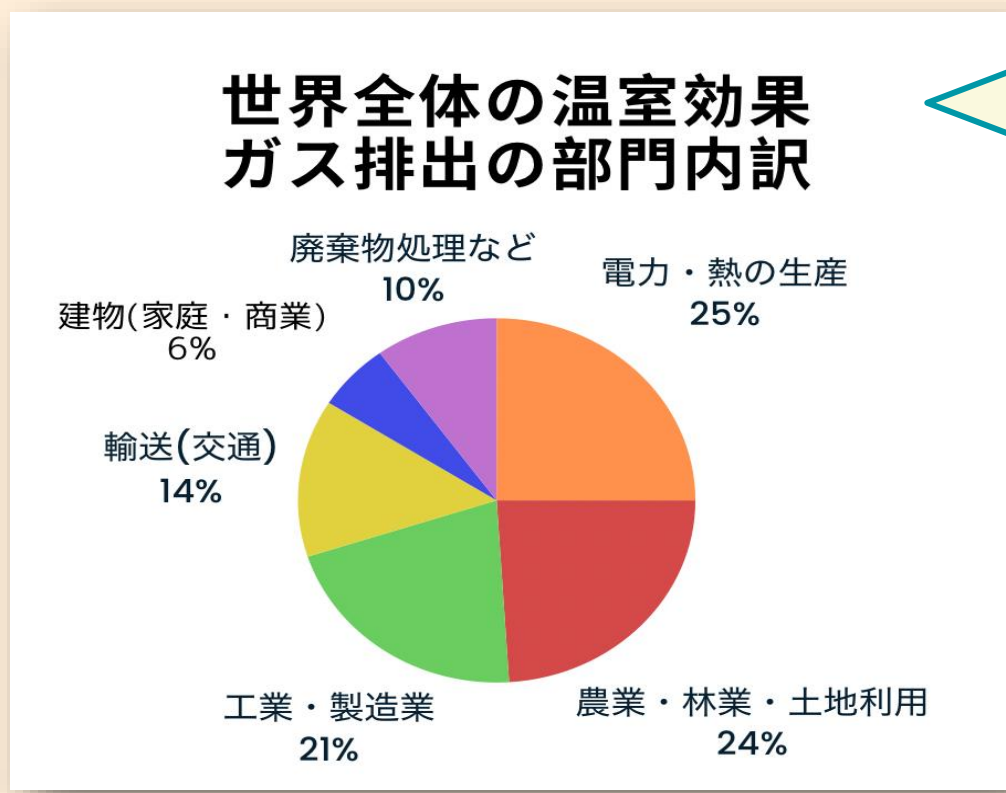
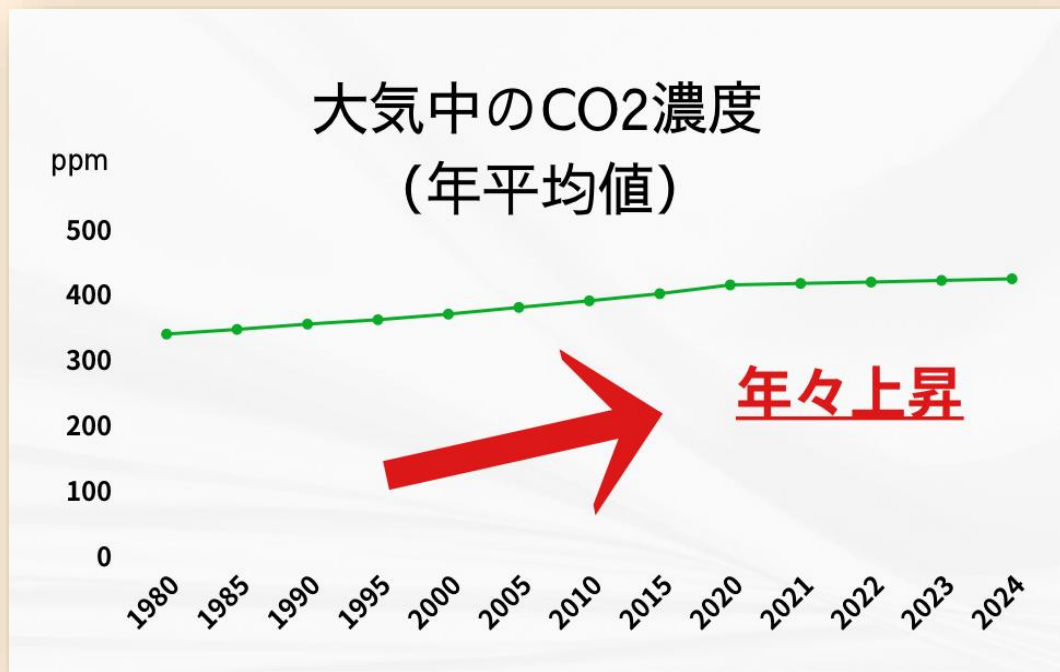


給食から見るCO2排出量の比較

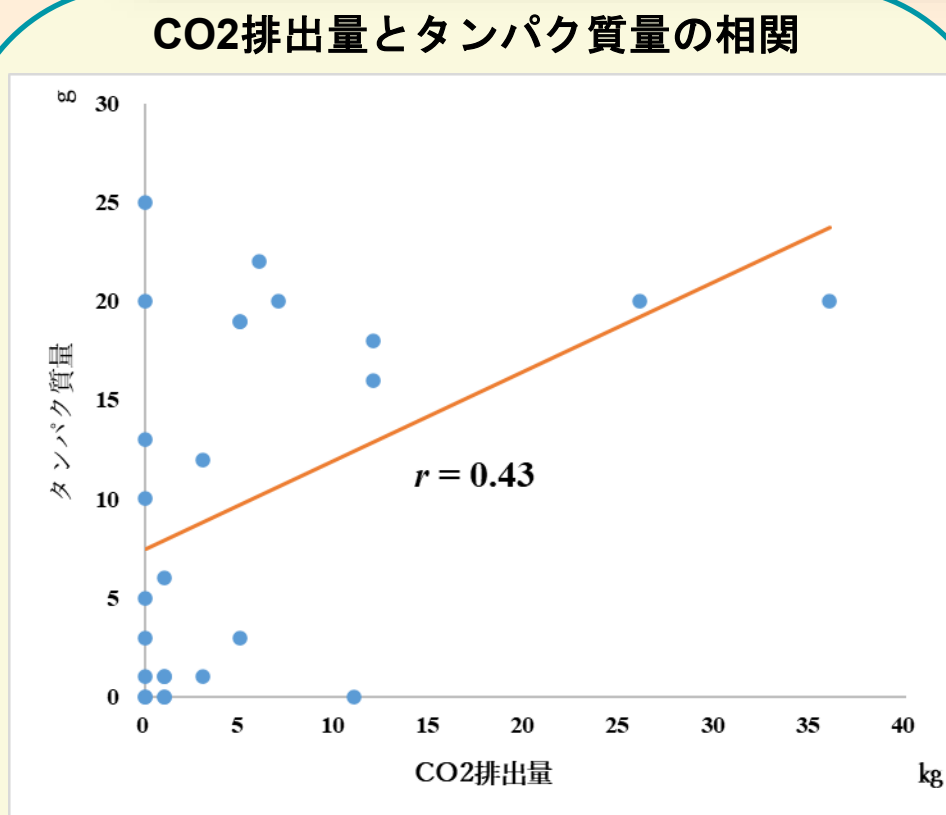
～私たちにできる地球にやさしい食選び～

《地球温暖化の現状》

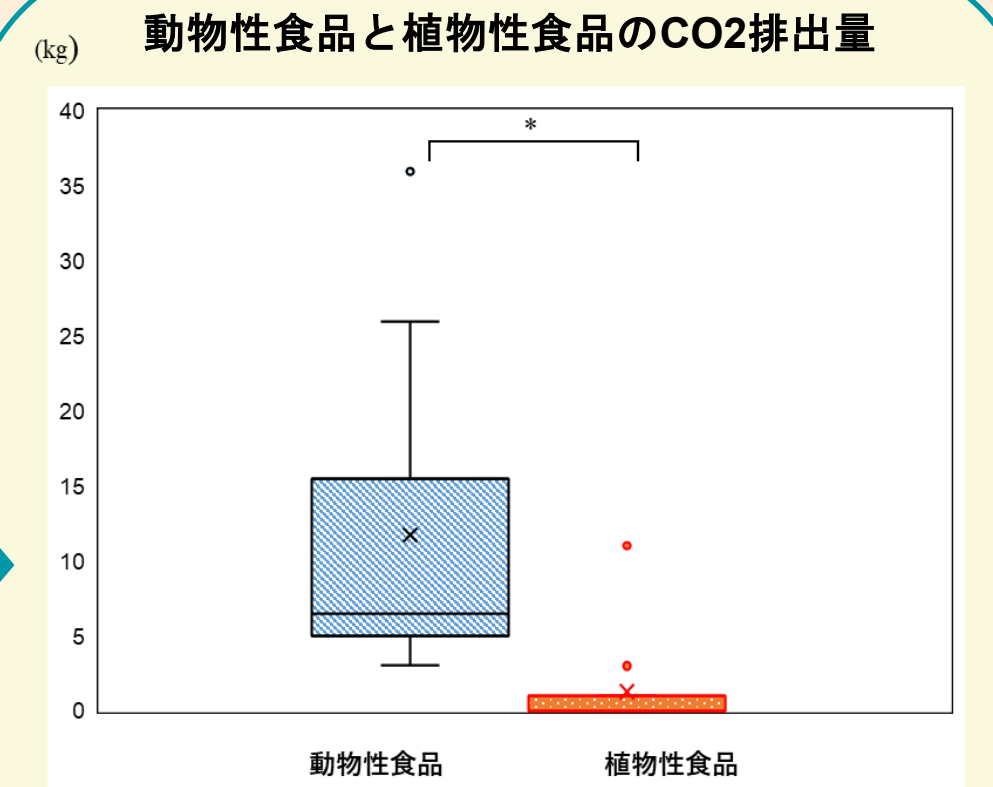


食品にかかわるものは
主に農業！工業や輸送も
一部関係している。

《食材ごとのCO2排出量》



相関係数：0.43 p値：0.0224
→正の相関あり
栄養と環境負荷に大きなかわりはない
が環境負荷が低いものは栄養価が低いもの
に多い傾向はみられる。

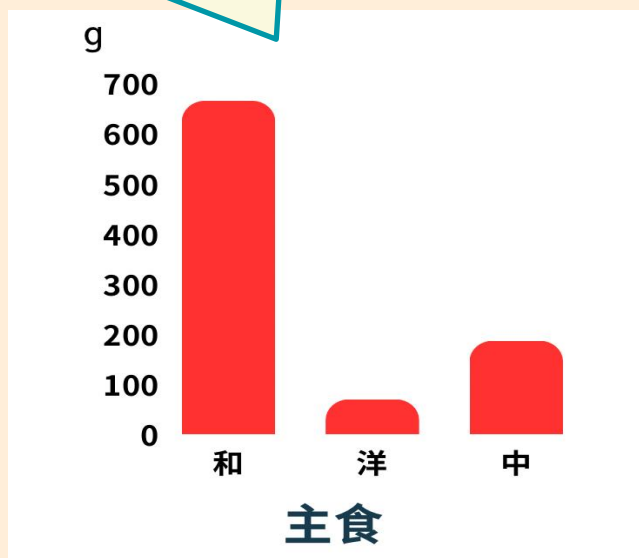


平均 動物性食品：11.70 植物性食品：1.27
P値：0.0142 →有意差あり(有意水準5%未満)
動物性食品より植物性食品のほうがCO2排出量
が少ない傾向にあり、環境にやさしいといえる。

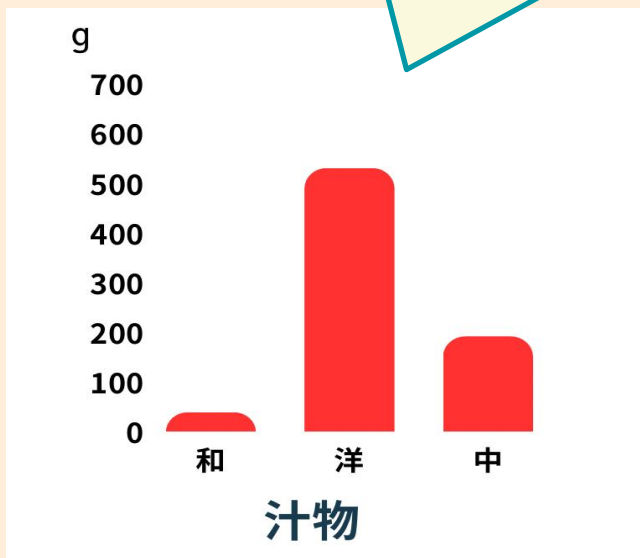
豆のCO2排出量は牛肉の約130分の
一である。このことから例えばハンバー
グを作る場合、牛肉ではなく大豆ミ
ートで作ると環境にやさしい食事にな
るといえる。

《地元の小学校の給食の献立からみるCO2排出量》

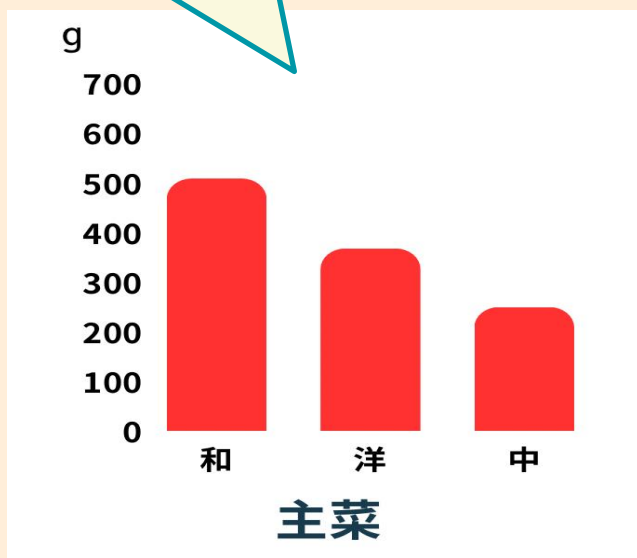
小麦より米のほうが圧倒
的に排出量が多い！



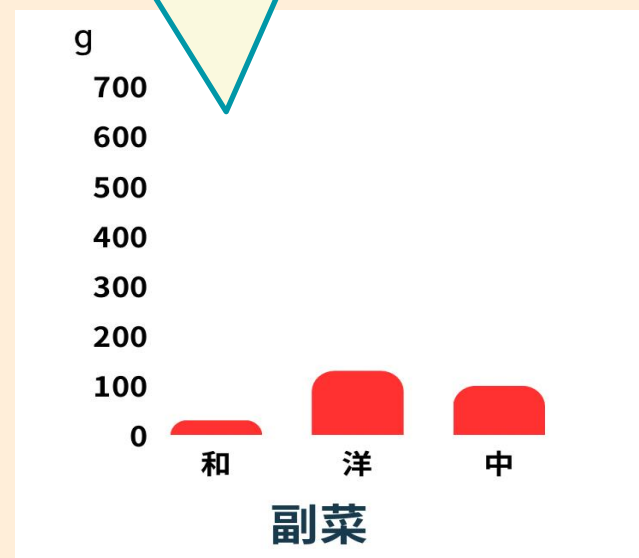
鶏肉と牛乳が排出量の
大半を占めている



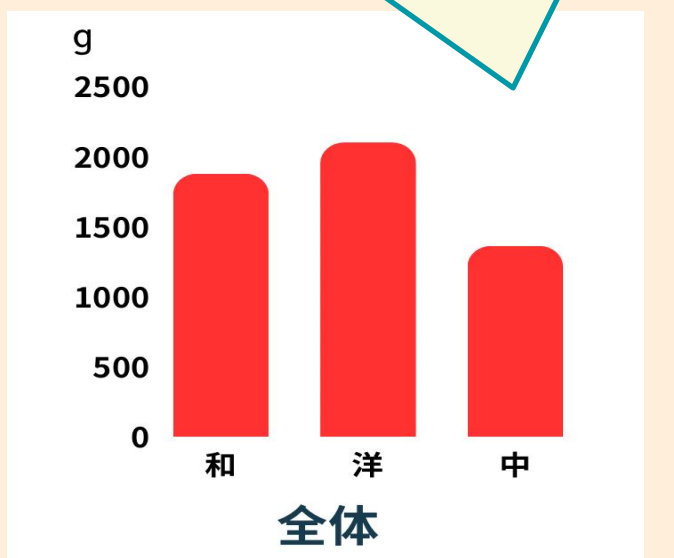
加工食品は排出量が高い



肉がないと少なくなる



全体では中華が一番少ない
という結果になった



1. 和食

- ・ごはん(150g)・牛乳(200ml)
- ・けんちん汁(根菜類100g)
- ・豚肉とキャベツの塩こうじ炒め(豚肉40g、キャベツ50g)
- ・じゃこなっば(しらす5g、小松菜40g)

2. 洋食

- ・ロールパン(小麦粉45g)
- ・スープ(鶏肉20g、根菜類50g、牛乳100ml)
- ・ウインナー(加工肉30g)
- ・サラダ(野菜100g)
- ・牛乳200ml

3. 中華

- ・中華麺(小麦粉120g)・牛乳(200ml)
- ・味噌ラーメンスープ(豚肉10g、味噌10g、野菜50g)
- ・揚げシュウマイ(豚肉20g、玉ねぎ8g)
- ・ナムル(わかめ15g、サラダチキン10g)

《環境にやさしい食事に変えると...》

1. 和食

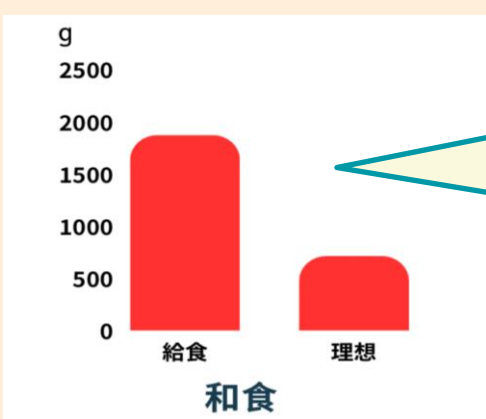
- ・雑穀ご飯→米の負荷を下げつつ栄養価up!
- ・けんちん汁→肉なしでたんぱく源は豆腐
- ・ほうれん草の胡麻和え→加工度低め
- ・切り干し大根の煮物→廃棄ロス少なめ

2. 洋食

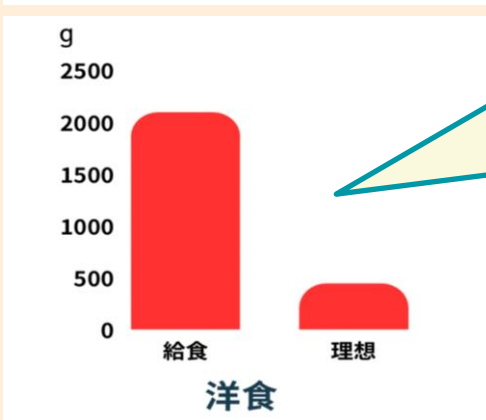
- ・大豆ミートハンバーグ→排出量90%削減
- ・マッシュポテト→豆乳使用
- ・ブロッコリーと豆のサラダ→タンパク質&栄養
- ・全粒粉ロールパン→環境負荷と健康の両立
- ・季節の果物→輸送や加工のCO2を抑える

3. 中華

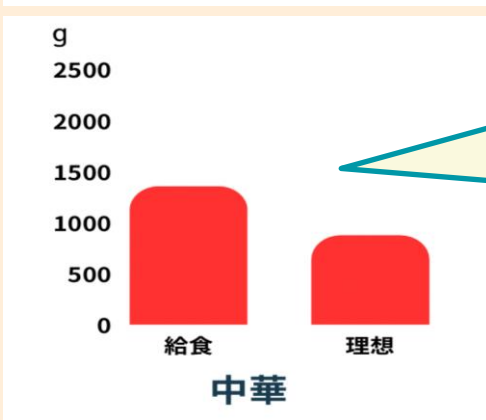
- ・雑穀ご飯
- ・五目野菜炒め→油控えめ、野菜たっぷり
- ・麻婆豆腐→鶏ひき肉か植物性ミンチ
- ・春雨サラダ→加工度が低く、保存がきく



約半分以下ま
で削減するこ
とができる。



一番高かった
排出量が一番
低く！削減率
No.1！！



もともと低か
ったのもあり
削減率は低め

《まとめ》

データから、食材によってCO2排出量には差があり、動物性食品や加工食品よりも植物性食品のほうがCO2排出量が少なく環境にやさしいということがわかった。牛肉がほかの食材よりも圧倒的に排出量が多く、大豆はとても少ないことから、牛肉の代わりに大豆ミートを用いることで大幅に排出量を抑えることができる。また、和・洋・中の献立を使い排出量を調べた結果、洋食を環境にやさしい食事に変えることでCO2排出量を一番削減できるとわかった。地球温暖化が急激に進んでいる今、身近なことから環境への対策を始める必要がある。排出量をデータで表していくうちに、近くにたくさんの環境にやさしい食材があることに気がついたので意識して食べるようにしていきたい。

《出典》

・ Our World in Data 「部門別 世界の温室効果ガス排出量」
(<https://ourworldindata.org/ghg-emissions-by-sector>)(2025年8月7日アクセス)
・ NOAA (2024) 「Trends in Atmospheric Carbon Dioxide」 (<https://gml.noaa.gov/ccgg/trends/>)
(2025年8月7日アクセス)
・ Our World in Data (Hannah Ritchie ほか) (<https://ourworldindata.org/food-ghg-emissions>)
(2025年8月7日アクセス)