

「アジアの学生と日本語で 世界の課題を話し合おう ーオンライン協働学習ー」

みなさんのご感想を
★ぜひ🌙
コメントシートから
お聞かせください！！

北海道大学の学生が香港大学の学生とともに、オンライン上でディスカッションしながら、グループごとに関心のある以下のテーマについて協働で調査し、ポスターにまとめました。

- 食べ物の最後の叫び
- 青少年のストレスをなくそう
- 海の豊かさを守ろう！！
- ホームレスを理解しよう

食べ物の最後の叫び： 捨てられる運命を変えよう！

背景

1人当たりの1日食品ロス量 (2022)  = 200g



445g



362g



164g



食品ロスの処理費用は**565億円**
ごみ処分場が満杯になる見込み



地球温暖化の悪化や食糧不足の恐れ

原因

1. 飲食に関する知識の誤解 / 不足

- 食品表示に関する知識の誤解：
消費期限と賞味期限の違い
- 食品の不適切な方法での保存：保存温度
- 栄養価がないと思う：具材を捨てる

2. フードバンク・リサイクルボックスの
認知度が低い

- フードバンクの使用率 ~20%
- 家庭系食品ロスのリサイクル率 10-15% 8%

さあ、未来のために、大学生として何ができるかな

目標

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS



1. 2030年までに世界全体の一人当たりの食料の廃棄を**半減**させること
2. **家庭系食品ロス**（家庭から発生する食品ロス）に注目すること

「もったいない」を減らそう

1. アプリを活用する
例) limiter
食材を登録したら
消費期限の通知が鳴る
2. 購買計画を立てる
計画をたて無駄な
買い物をやめよう
3. 正しい保存法・食べ方を知る
例) 余った麺は冷凍することができる
保存法まとめサイト delish kitchen
正しい食べ方とは？
栄養がある部分を把握し、むやみに
捨てないことで食品ロスを減らせる



例1：具材は栄養価がない？

スープの水分に栄養素が閉じ込められている
> 残りカスを食べると最大限の栄養が摂れる

例2：消費期限 vs. 賞味期限

消費期限：安全に食べられる期限
賞味期限：おいしく食べられる期限

解決策

優先度高

発生源から
削減する

フードバンク
飢えている人へ届く

避けられない食べ残しを
リサイクルする

*EPA (2024)に基づいて作成

「もったいない」を「ありがとう」へ

1. 寄付先を探そう
2. 寄付の条件を確認しよう



Food Sharing Map



札幌市公式サイト



：常温保存食品

：冷凍と生鮮食品も寄付できる

○ 寄付できるもの



✗ 寄付できないもの



のみ：寄付=もらえる



フードドライブ
1KG=1香港ドル



お互いに参考にしてみたら？



- 冷凍と生鮮食品の受付の可能性
- フードドライブ：「寄付=もらえる」
- リサイクル：ポイント制度



- 「もったいない」文化：
モノを大切に、最後まで活用しよう
活用しきれないと残念

参考文献

日本ユニセフ協会 (2015) 「SDGs17の目標：12. つくる責任、つかう責任」『SDGs CLUB』2024年10月23日
アクセス<<https://www.unicef.or.jp/kodomo/sdgs/17goals/12-responsible/>>
農林水産省 (2024) 「食品ロス及びリサイクルをめぐる情勢」
<https://www.maff.go.jp/shokusan/recycle/kyoku_attach/pdf/161227_4-107.pdf>
野々村真希 (2014) 「家庭において食品がロスに至った原因」『フードシステム研究』20(4), 361-371.
<https://doi.org/10.5874/jfsr.20.361>
消費者庁 (2022) 「令和3年度消費者の意識に関する調査：結果報告書」
<https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/efforts/assets/consumer_education_cms201_220413.pdf>
環境保護署 (2014) 香港厨餘及園林廢物計劃 2014-2022
<https://www.eeh.gov.hk/sites/default/files/pdf/FoodWastePolicyChi.pdf>
Environmental Protection Department (EPD), (16 April 2024). *EPD responds to concerns regarding food waste recycling services*. <https://www.info.gov.hk/gia/general/202404/16/P2024041600707.htm?>
Kumar, N. and Khurana, S.P. (2023). Potential Push of Climate Change on Crop Production, Crop Adaptation, and Possible Strategies to Mitigate This. In *Global Climate Change and Plant Stress Management* (eds. M.W. Ansari, A.K. Singh and N. Tazjia). United Nations Department of Economic and Social Affairs. (2023). *SDG Indicator Database: Indicator 12.1.1*. Series: Food waste per capita (KG). <https://unstats.un.org/sdgs/dataportal/database>.
United States Environmental Protection Agency (EPA). (2024). *Wasted Food Scale*. <https://www.epa.gov/sustainable-management-food/wasted-food-scale>.

「もったいない」を活用する

コンポスト：食べ残しと土を混ぜ、分解させて肥料にする方法

1. コンポストを選ぼう

【おすすめのコンポスト】
段ボールコンポスト
(低コストで簡単に作れる)
LFCコンポスト
(管理が簡単で初心者にもおすすめ)

2. 活用できる食べ残し

- 炭水化物(ごはん・パンなど)
- 加熱した肉や魚
- 野菜、果物の皮
- 使用後の油
- コーヒーかす、茶殻

3. 肥料を活用しよう

- 家庭菜園に活用する
- 市の無料回収を利用する



札幌市の
生ごみ堆肥無料回収

1. ポイント制度

「Green Rewards」
リサイクルすると、
賞品と交換できるポイントを
獲得できる



賞品の例：
食塩、砂糖
高級ジャスミン米
インスタントラーメン



2. 余った食材の福袋

「Phenix」
余った食材を期間限定で販売する
食品を割引価格で購入できるようになる
運営コストをカバーする



青少年のストレスをなくそう～

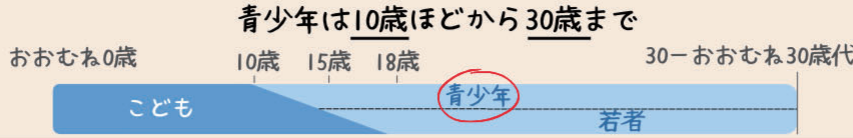
メンタルヘルスサポートに着目

香港大：ケイティ キャシー 北大：ハ谷 山崎

3 GOOD HEALTH AND WELL-BEING



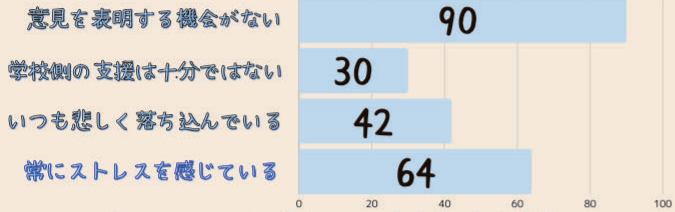
青少年とは？



1. ストレスの現状



香港青少年たちの意見



常にストレスを感じている青少年は6割超え

日本 Z世代へのストレスに関する調査



ストレスを感じているZ世代は8割超え



2. 原因

- 共通点
1. イジメと友人関係
 2. 勉強と進路に対するプレッシャー
 3. 両親と家庭の影響

香港	相違点	日本
直接的な暴力や言葉による攻撃 → 肉体的な傷	いじめ	主に嫌がらせや無視 → 深刻な精神的健康問題や自殺
学業や経済的な成功に 強い重きを置く傾向がある	価値観	我慢や「迷惑をかけたくない」 → ストレスを表に出さず耐え忍ぶ



3. メンタルヘルスケアの現状

現在行われている主な支援

- 香港明愛家庭服務：家庭問題 18288番（香港）
- 醫院管理局：メンタルヘルスダイレクト +852 2466 7350
- 「もしメンタルヘルスの問題を抱えていたら、助けを求めるか」
- 学生の回答：「どちらでもない」「わからない」（合計46.9%）
- 「精神的な苦痛を感じた際に助けを求めない」（20%以上）
- 支援を受けにくい環境がある



現在行われている主な支援

- 「24時間子供SOSダイヤル」（文部科学省）：0120-0-78310
- 「子どもの人権110番」（法務省）：0120-007-110
- スクールカウンセラー：1校あたり平均週1回、4～8時間勤務
- 青少年相談センター：045-752-8366 → 各市内に設置

しかし厚生労働省の調査では
2000年代以降、若者（20歳未満）の自殺者数は増加傾向
→ 支援がうまく機能していないのではないかな？

問題点

- 1) 支援を求めることへの抵抗：偏見 & 「自己管理能力の不足」の思い込み
- 2) 支援へのアクセスが困難であること：1. 相談員の人員不足・高齢化
2. サービスを利用するための待機時間が長い
- 3) ストレスの多い社会環境：成績重視の教育制度と就職難

4. 解決策

教育



1. 多様な才能の認識と評価

- 例) プロジェクトベースの学習：
プレゼンテーション、ディスカッション
を通じて学生の多面的な能力を重視する
- 例) 興味・関心に基づいた活動：
アート、音楽、スポーツ、テクノロジー、
ボランティア活動

2. 学校でストレス管理を学ぶ

- 例) ストレスの対処法：マインドフルネス

行政

1. 親への支援と教育の強化

- 例) 「親育ち講座」
親が子供のメンタルヘルスの重みを理解し、敵れ
にサポートできるよう

2. 政府からの財政支援

- 例) メンタルヘルス予算の増額：
NPOへの助成金を増額し、カウンセラー
や精神科医の雇用を増やすなど
- 例) 奨学金や補助金制度の充実：
カウンセラーを目指す学生への奨学金
制度を拡大



個人



1. 自分に優しくする
2. 他人と比較しない
3. 助けを求める勇気を持つ
4. リラックスする方法を見つける
5. 小さな目標から成功体験を積み重ねる

今日から実践しよう！

- ・十分な睡眠を取る：毎日7～8時間
- ・健康的な生活習慣：バランスの良い食事や運動
- ・信頼できる人と悩みを共有する
- ・趣味に時間を使う：読書、アート、スポーツ、音楽、アニメ鑑賞など
- ・リラクゼーション：瞑想や深呼吸など、心を落ち着ける習慣を作る

参考文献

Kelly H. (2024). Almost half of Hong Kong secondary school students may not seek help over mental distress, survey find.
Ng, J. W., & Tsang, S. K. (2008). School bullying and the mental health of junior secondary school students in Hong Kong. Journal of school violence, 7(2), 3-20.
Save the Children. (2021). Young Voices: Insights from Young People in Hong Kong. (May), 2. Retrieved from https://savethechildren.org.hk/wp-content/uploads/2021/05/YV_report_202105_page.pdf
文部科学省. (n.d.). 第2章 心のケア 各論. https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/clarinet/002/003/010/003.htm
文部科学省. (n.d.). スクールカウンセラーについて. https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/066/gaiyou/attach/1369846.htm
関連サービスの相談窓口 <https://www.cfa.go.jp/policies/young-carer/soudan-madoguchi>
「重大事態」が1.4倍に、いじめ認知件数は70万件超 23年度 <https://www.city.osaka.lg.jp/kodomo/cmsfiles/contents/0000620/620366/R1-1-09.pdf>



海の豊かさを守ろう！

「このままだと海はゴミだらけに!？」

2050年には魚よりもゴミの方が多くなる！？
その中でも圧倒的に多いのがプラスチック
なんとかしないと、、、！



【海洋プラスチックごみによる健康被害】

5mm以下のマイクロプラスチックを魚が取り込む
→食事を通して人体へ

例) ・オランダNL

健康な成人22人のうち17人の
血液からマイクロプラスチック検出

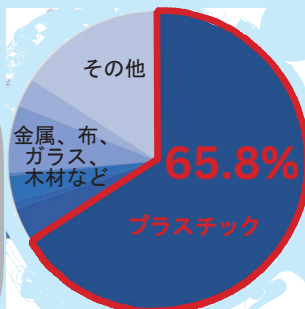
・イギリスGB

肺手術の患者の13の肺のサンプルのうち
11のサンプルからマイクロプラスチック検出

定義

海洋ゴミとは：①海岸に打ち上げられた「漂着ごみ」
②海面や海中を漂う「漂流ごみ」
③海底に積もった「海底ごみ」の総称

一般のゴミ:食品廃棄物、紙くず、金属、ガラスなど、
多様な素材が含まれる。



↑海洋ゴミの種類の割合

実態

- 世界では1分間に・・・**100万枚**のビニール袋/レジ袋
100万本のペットボトル が消費されている！
- 分解には**1,000年**もかかる!?

原因

直接的原因：

- ・**人間の活動**(イベントなど)/**海洋活動**(漁業や釣りなど)
- ・不法投棄、ポイ捨て

間接的原因：

- ・海上での**事故**(貨物船の転覆、油漏れなど)
- ・**漂着ゴミ**→海流に乗って他国から運ばれるゴミ

現状

香港🇭🇰：

- ①**緑在区区**(グリーンコミュニティ)
政府がプラスチックを含む廃棄物の回収ポイントを
約170か所設けている
- ②**自動回収機の設置**
(ポイントキャッシュバックあり)



日本🇯🇵：

- ①「プラスチック資源循環戦略」の策定
・目標...「海洋プラスチックゼロ・エミッション」
・使用済みプラスチックの100%リユース/リサイクル化
・2035年までのバイオプラスチック200万トン導入
- ②**自動回収機の設置**
使用済みペットボトルを投入すると自動的に圧縮する
回収機をセブンイレブン店舗に設置
(nanacoポイントの還元あり)

比較

アジア諸国に比べ、排出量が少ないのがEUだが、
さらにその中でも先駆的な取り組みを行っている
フランス🇫🇷の対策は...

- ①2016年に、レジでの50μmより薄いビニール袋の提供を
完全に**禁止**
(日本・香港：有料だが**提供あり**)

- ②プラスチックのフォークやナイフ、ストローの**禁止**
(日本：コンビニ等で弁当を買うと**サービス**でついてくる、
香港：店員からプラスチック製の食器を**もらえる**)

- ③不要なペットボトル消費を避けるため、公共の建物には
水飲み場の**設置義務**

他に...ドイツ🇩🇪やスウェーデン🇸🇪
デポジットシステム...ペットボトルをあえて高く販売、
回収機に入れると少し返金される
システム

対策

個人レベル



リデュース

- ・**マイバック**を持参する・レジ袋を貰わないこと
- ・プラスチック製のストローの使用を控え、
マイストローに変更
- ・食品の保存は蓋付き容器を使い、ラップの使用を減らす

リユース

- ・詰め替え用ボトルなど**繰り返し使えるもの**を選ぶ

リサイクル

- ・プラスチックを**分別回収**する
- ・原料として再生プラスチックの製品を使う



団体レベル

- ・**デポジットシステム**の導入
- ・プラスチックに**替わるものを開発**
する
→先端技術開発への投資
- ・行政やボランティア団体などが
海岸の清掃活動やプラスチック
ごみ削減運動をする
- ・**環境教育**を推進する



参考文献

<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201905/1.html> (政府広報オンライン)
<https://cleanoceanensemble.com/activity/> (Clean Ocean Ensemble)
<https://www.oceanpark.com.hk/jp/education-conservation/conservation/current-issue/marine-debris>
[https://www.nippon-foundation.or.jp/journal/2019/20107/ocean_pollution#:~:text=\(日本財団\)](https://www.nippon-foundation.or.jp/journal/2019/20107/ocean_pollution#:~:text=(日本財団))
<https://startup-board.jp/feature/environmental-issues-france-2/>

みんなで一緒に
海を守ろう！





ホームレスを理解しよう



日香におけるホームレスの現状



160%

コロナ禍による雇用減

家賃の高騰

家を持つていない人急増



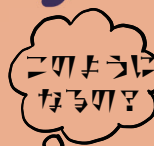
9.8%

国の政策による景気回復制度や支援団体の充実

WHAT {IF..}

ホームレスに私たちもなる可能性がある?

2009年: リーマンショック
大阪市でホームレス 4302人
20-30代が多い



「ホームレスの人」のイメージって?



アメリカ家賃
約25~30%上昇
(2020~2023)

アメリカのホームレス人数
(Adkins, 2024):

理由は家賃の値上げ
(Zhao, 2023):

家賃の値上げ

家を買えないため、ホームレスになる

薬物の乱用、メンタルヘルスの問題などの問題に遭って、窮地から抜け出せない

2016年~2024年:

84.7%



ホームレスの根本的な原因

海外の対策

(1)経済的要因

- 雇用の減少
- 家賃の高騰
- 景気の悪化

(2)精神的要因

- 精神疾患
- 人間関係の希薄さ
ex)家族関係の不和

(3)アルコールや薬物依存

- 路上生活の脱却が困難に



世界で広まる「ハウジングファースト施策」

"ホームレス状態にある人たちにまず住居を提供し、その後に個々人が抱えている問題に対応する"

なぜ??

住宅の提供を基盤とすることで、その後の支援がより効果的に機能するから

私たちが出来ること

支援団体の話し

北大発

ホームレスの方の事情は複雑なため支援されることを嫌がる可能性がある

→ 専門家であるホームレス支援団体への協力が最善の支援

1 寄付: 支援団体の多くはNPOであるため寄付金などで運営されている

2 会員になる: 若者が会員になることで持続的な支援が実現できる

3 知る、広める: SNSなどを利用して理解と支援の輪を広げる

4 ボランティアに参加する: 炊き出しや夜回りなどに同行する

5 物品を寄付する: いらなくなった衣服などを寄付する

「北海道の労働と福祉を考える会 (労福会)」の夜回りに同行しお話を聞いた。
→ 「会員が高齢化してきているので若者に是非参加してほしい。新たな価値観を持ち広い考え方をしたい」