

## 第27回くらし総会 記念講演会 報告

7月6日(土)「間違いだらけの防災対策!~命を守る防災対策・今日から始める3つのポイント~」

講師:合同会社ソナエルワークス 代表 備え・防災アドバイザー 高荷 智也氏



正しい防災は、「死なないための環境作り」であること、そのための3つのポイント(優先順位とその理由)を解説されました。住宅の耐震、室内の安全対策や火災への備え、安全に避難するための準備と道具、備蓄しておくべき食糧や日用品など、90分の時間が足りないほど、ぎっしり詰まった内容でした。



## 令和6年度 福井県消費生活センター委託事業 消費生活セミナーを開催しました!

小学生とその保護者を対象とする「親子講座」をリアル形式で開催しました。また、一般の方を対象とする「くらしの講座 基礎編」4講座を、会場及びオンラインの同時開催で行いました。



### 「楽しく学ぼう!環境に優しいおかたづけレッスン かるたでゲーム&小物ケースを作ろう」

日時: 7月26日(金) 10:00~11:30 会場: アオッサ 7階 707号室

講師: 整理収納アドバイザー・片づけ防災教育士認定講師 大塚 澄枝氏



かるたでゲームをしながら、防災にも役立つお片付けのポイントを学習しました。ゲームの後には、普段捨てられてしまうティッシュの空き箱を使い、輸入壁紙や越前和紙で飾り付けをしておしゃれな小物ケースを作りました。ゴミになるものも再利用できることや、物を大切にすることについて親子で学びました。

## くらし 基礎編

### 「つつい購入・契約!?誰もが陥る行動経済学を大研究」

日時: 9月21日(土) 10:00~11:30

会場: 福井県民生協 本部センター&オンライン配信

講師: 金融・投資 教育コンサルタント・ファイナンシャル・プランナー 須原 光生氏



「本日限り」「ロコミ位」「あなただけ」「必ず得する」などの世の中の表現や標記等で、つつい衝撃的・誘導的な行動を起こしてしまいます。SNS型投資や劇場型投資などの様々な勧誘の詐欺行為を紹介され、正しい情報を見抜くために必要なことを、行動経済学で研究されている人間の行動メカニズムをもとに教授されました。





## 「幸せ実感 高めよう!ウェルビーイングと暮らし」

日時：9月28日(土) 10:00~11:30

会場：福井県民生協 本部センター&オンライン配信

講師：福井県立大学 地域経済研究所 准教授 高野 翔氏



ウェルビーイングとは、個人や社会が「よい状態」であることで「幸せ」と言い換えることができます。講師は、客観的な指標のほか、主観的な指標にも注目して、ウェルビーイングに基づく街づくりの研究と実践を行っていらっしゃいます。「測る」だけでなく「実感」を重視し、「居場所」と「舞台」で、個人の尊厳と可能性をいかに地域として支えるかをメッセージとして発信されました。



## 「相手は信用できる? デジタル広告を見抜く力」

日時：10月5日(土) 10:00~11:30

会場：福井県民生協 本部センター&オンライン配信

講師：公益社団法人全国消費生活相談員協会 斉藤 千栄美氏



デジタル広告からのお試し購入がいつの間にか定期購入になっていて、返品や解約のできる条件が認識し辛い仕様になっている事例を紹介されました。トラブルを避けるためには「それ本当?」の疑問をたくさん持つこと。そして、デジタル広告を見抜く力とは、相手を疑う力であることを強調されました。



## 「お金の知性を身につけよう!カギは習慣作り」

日時：10月19日(土) 10:00~11:30

会場：福井県民生協 本部センター&オンライン配信

講師：ファイナンシャル・プランナー 肥後 知歩氏



「お金」に苦勞しない人生を送るためには「貯める」「守る」「使う」「稼ぐ」「増やす」の5つの力をバランス良く身につけること。浪費を減らして投資を増やす上手なお金の使い方や、投資の基本となる新NISA等を活用した「今」と「将来」を潤わせるための方法について、注意点なども交えながら解説されました。



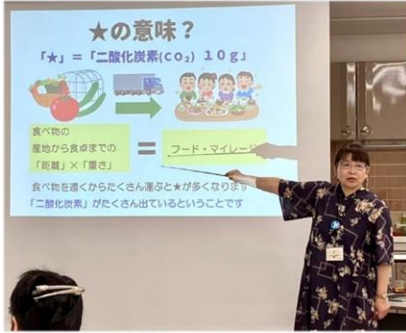
## 令和6年度鯖江市提案型市民役事業 食の安全安心体験講座を開催しました！

鯖江市ダイバーシティ推進・相談課からの委託を受け、7月は親子講座、10月は福井県立鯖江高校 普通科健康福祉専攻1年生を対象に調理実習を行いました。



### 「食べているものはどこからやってくるか学ぼう！フードマイレージ買い物ゲームを体験しよう」

日時：7月27日(土) 10:00～11:30 会場：ハーツさばえ ふれあいルーム  
講師：福井県環境アドバイザー 福井県地球温暖化防止活動推進員 鈴木 早苗氏



フードマイレージとは、「食べ物の産地から食卓までの距離×重さ」ゲームを通して、地球に優しい買い物を疑似体験しました。講師は、買い物の中で、輸送距離による環境負荷がどれだけ隠れているかを説明されました。鯖江市の旬の地場野菜、吉川ナスとミディマトの調理と試食もしました。



### 「食品ロス削減につながる地場野菜を使った料理を学ぼう」

日時：10月17日(木) 13:10～15:00  
対象：福井県立鯖江高校 普通科 健康福祉専攻1年生  
講師：天谷調理製菓専門学校 管理栄養士 吉田 明日香氏



鯖江産の野菜を使って調理実習を行いました。丸ごとブロッコリーの炊き込みご飯、種ごとピーマンと豚バラのオイスター炒め、かぼちゃのワタも使ったポタージュスープ等、今まで捨てていた野菜の茎や皮などを使って料理し、食品ロスを減らすためにできることを学びました。



## 令和6年度 ふくい・くらしの研究所主催 「くらなびカレッジ」親子講座を開催しました！

「くらなびカレッジ」では、くらしの中の身近なテーマで、学びの場を提供します。小学生とその保護者を対象にリアル形式で開催しました。



### 「減CO2ミッション CO2モンスターから地球を守ろう！」

日時：7月24日(水) 10:00～11:30 講師：減CO2(げんこつ)ミッション隊長 高井 健史氏



「CO2モンスター」は、ムダが大好きで、CO2をたくさん発生させます。最終ミッションでは、それぞれが見つけたCO2を増やしてしまう行動などをモンスターの形で表現してもらいました。講座の最後には地球を温暖化から守るためにがんばる「ニャートラル」も登場しました。



令和6年度 ふくい・くらしの研究所主催  
「くらなびカレッジ」前期に3講座を開催しました!

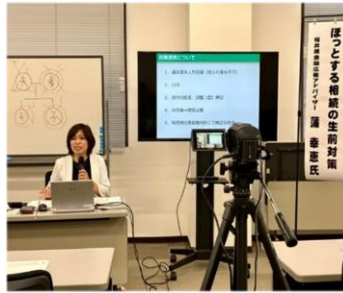
くらしの中の身近なテーマで、大人の学びの場を提供します。  
一般県民を対象に、ハイブリッド形式で3講座 開催しました。

「ほっとする相続の生前対策」

日時：9月18日(水) 13:30~15:00  
会場：福井県民生協 本部センター&オンライン配信  
講師：福井県金融広報委員会 金融広報アドバイザー 蒲 幸恵氏



ほっとする相続の生前対策とは、財産をきちんと評価し、具体的に方針を決めること。相続の課題が何かを把握して贈与とセットで考えていくこと。「節税よりも、家族がもめない、円満な相続をするための対策を実行してください。」と話されました。



「楽しくなるお片付けのススメ」

日時：10月4日(金) 13:30~15:00  
会場：福井県民生協 本部センター&オンライン配信  
講師：ライフプランナー よしだ ゆかり氏



楽しくなるお片付けとは、安心してできる快適なくらしを実現させること。まずは自分の価値観を知ることから始めます。モノではなく、人を中心に考え、必要なものをちょうど良い場所に収納すること。自分が目指すところを決めてから片付けを進めるよう、事例を挙げながら解説されました。



「よい食習慣とは?ホントのところ」

日時：10月11日(金) 18:30~19:40 ☆トワイライトセミナー☆  
会場：福井県民生協 本部センター&オンライン配信  
講師：仁愛女子短期大学 生活科学学科 教授 牧野 みゆき氏



健康寿命を伸ばすためには、年齢に応じたバランスの良い食事(多すぎない・少なすぎない・偏りすぎない)を心がけること。そして「何を」「どれだけ」食べたら良いのか、食事バランスガイドを読み取りながら詳しく解説されました。



令和6年度福井県委託事業 エシカル消費促進事業  
「親子体験講座」を開催しました！

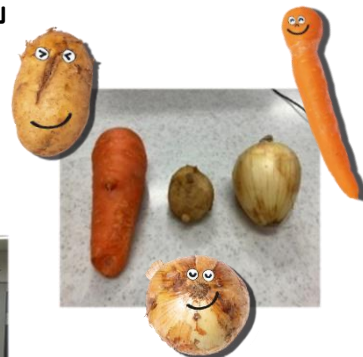
福井県消費者フォーラムの開催に合わせて、小学生とその保護者を対象とする「親子体験講座」をリアル形式で開催しました。

「食品ロスやエシカル消費について楽しく学ぼう！ こどもキッチン カレーライス作り」

日時： 5月25日(土) 10:00~11:30・12:30~14:00

会場： アオッサ 調理実習室

講師： エクネス(株) 代表取締役 平井康之氏



規格外野菜とは、小さい傷や形が違うだけで捨てられてしまう「もったいない」野菜のこと。規格外野菜を使ったカレーライスを調理し、味わいながら、普段食べている野菜と変わりが無いことを実感しました。食品ロスを減らすことの大切さを学びました。



令和6年度福井県委託事業 エシカル消費促進事業「エシカルチャレンジ2024」開催中！

エシカルチャレンジ2024公式Instagramまたは公式Xをフォローして、クイズに答えた方の中から抽選で10名様に、福井県産品をプレゼントするキャンペーンを開催しています。第1回~第3回が終了し、第4回「セルフ商品 羽二重トースト(3種)」プレゼント企画が、令和7年1月10日から始まります。皆様のご応募をお待ちしております！



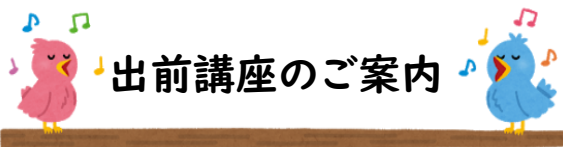
参加して下さった皆様からの声



- 自分に出来ることをコツコツとやっていきたいです。被災地支援も継続して行っていきたいです。
- エシカル消費という言葉や商品をよく目にします。どんどん普及していけばいいなと思います。
- 地産地消を意識して購入しています。地元を応援したいので、これからも続けます。
- 食べられる分だけを購入して、食品ロス削減を心がけています。無駄な消費や廃棄をしないように頑張っています。
- 外出時にマイボトルで飲み物を持っていくようにしています。最近では家族皆が好きなボトルに飲み物を入れて出かけるようになりました。当たり前のことになって来ているのが嬉しいです。
- 食品などを使い切るように心がけています。物価高もあり、エシカル度が高まりました。

詳細・応募はこちらから→





「食」「環境」「くらし」「SDGs」等、くらしの中の疑問や消費生活に関する事柄について、様々な年代を対象に学習のお手伝いをしています。お気軽にお問い合わせ下さい。

令和6年度前期に行った出前講座をご紹介します。

### ■楽しく学ぶ防災ポンチョ作り

日時：8月1日(木) 13:30~15:00 会場：あわら市 金津東子どもクラブ  
講師：福井県民生協 ライフプランアドバイザーの会



防災時に役立つ、ゴミ袋を使ったポンチョ作りをしました。また、「じゃがりこ」を使ってポテトサラダを作り、試食しました。最後にペットボトルを使ってランタンやじょうろに活用できる方法を学びました。



### ■環境のお話とエコバッグ作り

日時：8月21日(水) 10:30~12:00  
会場：美山公民館  
講師：福井県民生協 渉外広報部 次長 高井健史氏  
第一地区本部 組織支援スタッフ 竹内浩美氏

海ゴミの現状を知り、私たちができるプラスチックごみの減らし方について学びました。繰り返し使えるエコバッグづくりを通して、これから先の未来や地球を大切にする行動について考えました。



### ■ハーツきっず食育講座 講師：消費生活アドバイザー 玉村 七重氏

福井県民生協（ハーツきっず）と連携して、乳幼児を持つ保護者を対象に「食」に関する学習や情報提供をしています。食の悩みや不安相談などにも対応し、子育て支援活動をすすめています。講座参加者からは、生活全般の不安や食生活で気をつけるポイントなどを、気軽に話し合えて良かったとの声がありました。



- 5月23日(木) 「甘さを知りましょう」
- 6月20日(木) 「豆腐のいろいろ」
- 7月10日(水) 「避けたい暮らしの中の化学物質」
- 8月28日(水) 「おやつを考えよう」
- 9月30日(月) 「豆腐のいろいろ 豆は元気」
- 10月29日(火) 「体にやさしい油の選び方・使い方」

