

ころころまるとさがす ちきゅうにいいこと

とうほくのうせいきよく
東北農政局



ころころまる

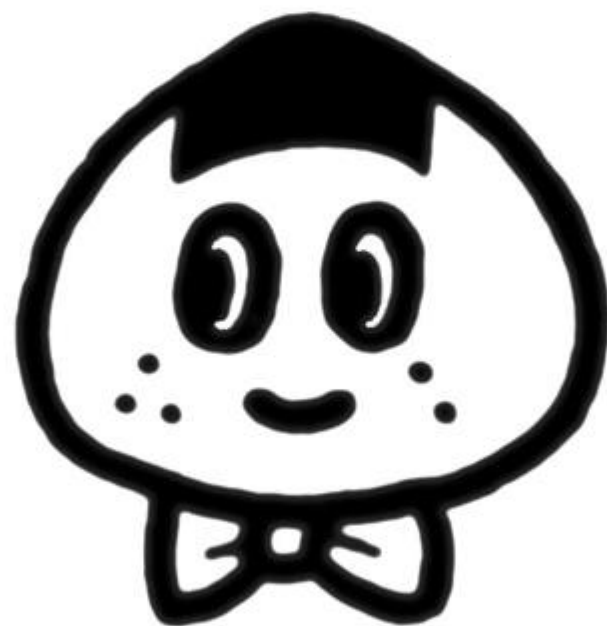
ほく みっちゃん
ちきゅうに いいこと
なんでも しっているよ！

おとなの方へ

「みっちゃんMEMO」でおとな向けに解説をしています。
読み聞かせの参考に使ってくださいね！



ころころまるとさがす
ちきゅうにいいこと



とうほくのうせいきよく
東北農政局

1.いま ちきゅうで なにが おきているの？

ぼくの なまえは こころまるだよ。

ぼくには たべものや どうぶつの おともだちが たくさん いるんだ。

さっき おともだちの アイスクリームちゃんが こまっていると きいて、あいこにいったよ。

「まいにち あつくて たいへん！ すぐに とけちゃうよ～」 って、くるしそう。



地球温暖化の影響

最近よくニュースなどで耳にする、地球温暖化や異常気象により、私達が食べるものにも大きな影響が出ています。

世界の平均気温を見ると、1880年から2012年の間に約0.85℃上昇しています。

また、日本の平均気温は、長期的にみて100年あたり約1.40℃の割合で上昇しており、

「アイスクリームの ざいりょうの ぎゅうにゅうを つくっている うしさんも あついのが にがてなんだって。

いっしょに ようすを みにいこうよ」

って、おともだちの ものしり みっちゃんから さそわれたよ。

しんぱいだから いってみよう！

コロ コロ コロ コロ...



おとなの方へ
みっちゃんMEMO

世界の平均気温と比べて、高い上昇率となっています。

地球温暖化や異常気象が起こると、米では害虫の被害が増えたり、でんぶんの蓄積が不足して白く濁るなど品質が低下するものが出てきます。また、牛や豚では繁殖率が、鶏では産卵率が下がるとともに、暑さに弱い牛では乳量が減ります。



2. どうして ちきゅうの おんどが あがって いるの？

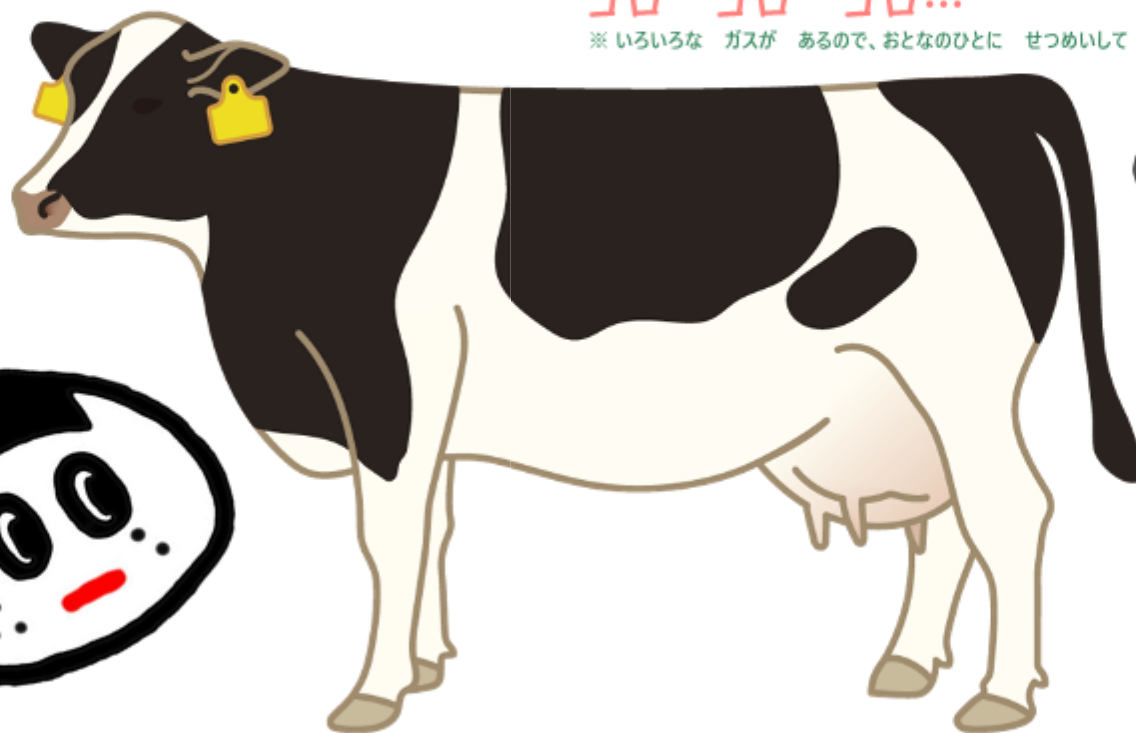
うしさんに あいに いくと やっぱり げんきが なかったよ。
「わたしたち うしは、あついと ぎゅうにゅうを つくる りょうが へっちゃうの。それにね、こうしも うまれにくく なってしまうのよ。」
と、うしさんが、おはなし してくれたよ。
でも、 どうして まいにち こんなに あついのかなあ？

うしさんだいじょうぶ？
どうして まいにち
こんなに あついのかなあ

「ちきゅうに すんでいる みんなが だすガス※で、
ちきゅうのおんどが あがって いるからなんだ。
うしさんの ゲップも ガスだけど そのガスを すくなくする
ための えさを つくっている ひとたちも いるよ。」
って、 みっちゃんが おしえて くれたよ。
そうなんだ！ みんなで ガスを すくなくするために
がんばらなきゃ いけないね！
あれ、おここの たんぽで ぼくを よぶこえが きこえるよ。
だれだろう？ いってみよう！

コロ コロ コロ...

※ いろいろな ガスが あるので、おとなのひとに せつめいして もらおう



地球温暖化の原因と削減の取組

地球温暖化の原因は、温室効果ガスです。温室効果ガスには、二酸化炭素 CO_2 （電気やエネルギーを作るために必要な化石燃料を燃やすと発生）、一酸化二窒素 N_2O （排泄物処理等で発生）、メタン CH_4 （酸素を嫌うメタン生成菌が、水はりして酸素が減少した水田で有機物を分解する際や、家畜（牛）のゲップ・排泄物から発生）があり、私たちの便利な生活が様々な形で温室効果ガスを生み出しています。

おとなの方へ
みっちゃんMEMO

日本の温室効果ガスの排出量のうち農林水産分野の割合は4.2%ですが、そのような分野の温室効果ガス削減のため、最近では、家畜から発生する温室効果ガス削減に効果のある飼料添加物の利用に向けた取組や、水田のメタンガス削減のために、水田から水を抜き、土の中の酸素を増やす中干しの期間延長などが進められています。



3.ちきゅうに やさしい おこめづくりを しよう！

「おーい、こっちにおいで！」

ぼくを よんでいたのは あいがもさん だったよ。

「ぼくたちは いま たんぼで はたらいて いるんだよ。

おこめが ちゃんと そだつように、いねにつく むしや

ざっそう※を たべているのさ。」

と、あいがもさんは とくいそう。

「ぼくたちは ちきゅうを みどりで いっぱいに するための

おてつだいを しているんだ。」

あいがもさんは ちきゅうに いいこと しているね、

と、かんしん していたら、

※ざっそうは いねが おおきくなるのに じゃまになる くさの ことだよ

あいがもさんは
ちきゅうに いいこと
しているなあ



「ころころまるにも できる ちきゅうに いいことは
あるよ！」

って、いわれたけど…。

ぼくにも できる ちきゅうに いいことって なんだろう？

かんがえても よく わからないなあ。

すると、こんどは むこうの やおやさんから ぼくを よぶ

こえが きこえるよ。

だれだろう？ いってみよう！

コロ コロ コロ…



環境保全型のお米作りとは…

アイガモを田んぼに入れる（10アール当たり15～20羽程度）ことで、田んぼの害虫や雑草を食べてくれるだけでなく、アイガモが田んぼを泳いで田んぼの土をかき混ぜることで、光合成（こうごうせい）が抑えられ雑草が育ちにくなり、イネの根に酸素を与えます。また、アイガモのフンは肥料にもなります。

おとなの方へ
みっちゃんMEMO

化学肥料や化学農薬を削減、または使用しないなど定められた基準で、より手間ひまをかけ、自然環境や生態系に配慮して生産されたお米があります。また、水田のメタンガス削減のために、水田から水を抜き、土の中の酸素を増やす中干しの期間延長などが進められています。



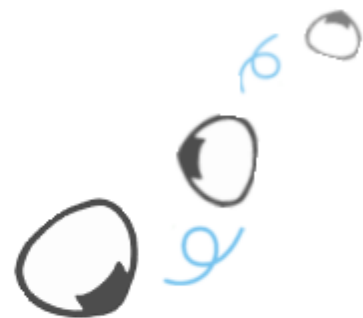
4.ちきゅうに やさしい かいものを しよう！

「おーい！ やおやさんに きてごらん！」
 ぼくを よんでいたのは トマトさん だったよ。
 「あいがもさんが おてつだいで つくっている おこめは
 どこで かえるか しっている？」
 トマトさんに きかれたけど、しらないなあ。おしえてもらおう。
 「あいがもさんの おこめみたいに ちきゅうに やさしい
 たべものには ちゃんと **マーク※**が ついて いるのよ。」
 ※みっちゃんメモで いろいろな マークを しょうかい しているよ おとなのひとに よんで もらおう



へえ！ そうなんだ。マークが あれば まよわず おかいもの
 できるね！

「ちきゅうに やさしい たべものを えらぶことは
 ころころまるにも できる ちきゅうに いいこと なのよ。」
 おかいものでも ちきゅうに いいこと できるんだね！
 あれれ、こんどは やおやさんの おくから ぼくをよぶ
 たくさんのかえが きこえるよ。
 だれだろう？ いってみよう！
 コロ コロ コロ...



ちきゅうに やさしい
 たべものの マークが
 はってあれば、
 まよわず おかいもの
 できるね！

エシカル消費とは...

エシカルとは「倫理」という意味で、わたしたち一人ひとりが、人や社会環境に配慮した
 製品を選ぶことで世界が抱えている問題を解決する手助けになることです。
 環境に配慮した農産物を購入することだけでなく、買いため・買占めをしないこと、地産
 地消を实践すること、フェアトレード商品や障がい者支援になる商品を買うことなどがエシ
 カル消費に当たります。

※環境に配慮した生産物の主なマーク



見えるらべる



有機JASマーク



国産有機
 サポートマーク

おとなの方へ みっちゃんMEMO



5. たべものを むだにしない！

「おーい！ちきゅうに いいことが しりたいの？
ぼくたち、わたしたちの おはなしも きいて！」
おみせの おくて ぼくを よんでいたのは ニンジンさん、
ホウレンソウくん、カブくん、ブロッコリーくん、
トウモロコシちゃん だったよ。みんな そろって どうしたの？
「わたしたちの たべられる ところを すてないで ほしいの」
ってニンジンさんが いっているけど、かわは すてるよね？
「わたしの かわは きれいに あらえば たべられるのよ！」
そうなんだ！しらなかったよ。ほかのみんなは どうだろう？



フードロスとは...

まだ食べられるのに、捨てられてしまう食べ物を「フードロス」といい、環境に負荷をかけています。

余った食べ物は、加工業者や流通業者、飲食店、家庭などからごみとして出されます。これらは処理工場に運ばれ、可燃ごみとして処分されますが、水分を含む食品は、運搬や焼却の際に二酸化炭素(CO₂)を排出します。

ホウレンソウ「ぼくの ねもとの あかいところも たべられるんだ！」

カブ 「ぼくの はっぱや かわも たべられる！」

ブロッコリー「ぼくの くきも たべられるよ！」

トウモロコシ「わたしの しんは、だしとして つかえるのよ！」

「たべものを むだに しないことで ごみがへるよ！」

それは、ころころまるに できる ちきゅうに いいことだよ！」

おやさいさんたちに おしえて もらっちゃった。

あれ、となりの **そうこ※**で ぼくを よんでいる こえは よく知っている こえだなあ。いってみよう！

ココ ココ ココ...

※そうこは おこめを おいしいまま とっておくための ばしょだよ



たべものを
むだにしないことで
ごみを へらせるんだね！



おとなの方へ
みっちゃんMEMO

また、焼却後の灰の埋め立ても環境負荷につながります。
年間464万トンのフードロスのうち、約半分が家庭から発生しています。



6. おうちの ちかくで つくった たべものを たべよう！

「おーい！ ぼくを わすれないでよ！」
あれあれ、やっぱり となりの そうこから でてきたのは、
ぼくの なかまの おこめくん！ どうしたの？
「ぼくたち **とうほく※**の おこめを たべることは ちきゅうに
できる いいことなんだよ。」
えー！？ どうして？ ぼく おにぎりだけど しらないよ。
「とおくで つくった たべものを はこぶと のりものから
たくさんの ガスが でるからだよ。」

※とうほくは、みんなが すんでいる あおもりけん いわてけん みやぎけん あきたけん やまがたけん ふくしまけん
のことだよ



食料自給率/地産地消とは...

日本の食料自給率（カロリーベース）は、38%（令和5年度）と諸外国と比べて、とても低い状況にあります。最近では世界全体で、気温が上がる、雨が降らなくなるなどの気候の変動で、作物が採れなくなることが増えてきています。人口が増え、その分食べ物も多く必要になることから、食べ物を確保する競争も激しくなっています。このような中では、「国内で作れるものは、なるべく国内で作ること」、そして「消費者がそうしたものを選ぶこと」がとても重要です。

そうか！ みんなが だすガスで ちきゅうの おんどが あがって
いるんだもんね。

じゃあ、おうちの ちかくで とれた おやさいや おにくや
おさかなを たべることも ちきゅうに いいことじゃない？

「ピンポン せいかいです！ すごいねえ。」

やったー！ おこめくんに ほめられちゃった。

おうちの ちかくで とれた
おやさいや おにくや
おさかなを たべよう！



おとなの方へ
みっちゃんMEMO

ちなみに、食料自給率を一食で比較してみると、ごはん中心の和定食（魚の照り焼き、青菜のごまあえ、ごはん小盛り2杯、根菜の汁）の場合は90%ですが、パン中心の洋定食（ハンバーグ、サラダ、ロールパン2個、コーンスープ）になると22%にまで下がります。また、生産地から食卓までの距離が短い食料を食べた方が、輸送に伴う環境負荷も少なくなります。



7.みらいの たべものを まもろう！

「ちきゅうに いいことを すると みらいの たべものを
まもることに なるよ。」
と、みっちゃんが おしえてくれたよ。



きょうは みっちゃんや、おともだちの みんなから
ちきゅうに いいことを たくさん おしえてもらったなあ。
これからは、みらいの たべものの ために
ちきゅうに いいこと どんどん やってみるよ！



みどりの食料システム戦略とは（未来の食べ物のために）

農林水産省は、未来まで続けられる食料システムを構築するために2050年までに達成したい目標を決め、取り組むべきことを「みどりの食料システム戦略」としてまとめました。環境にやさしい農林水産物が当たり前のようにお店に並び、当たり前のように買ってもらえるような社会を目指して、色々な取組をしています。

おとなの方へ みっちゃんMEMO

この目標の達成には、私たち一人一人の理解と行動（実践・取組）が必要です。
毎日当たり前で食べている食事が、環境にどのように影響しているのかを知り、何を選んでどう食べるのか、私たちが未来のためできることを考えてみませんか。





ころころまるとさがす ちきゅうに いいこと

2024年8月22日初版発行

2025年7月1日第2版発行

制作 農林水産省 東北農政局 消費・安全部 消費生活課

印刷・製本・発行 農林水産省 東北農政局 消費・安全部 消費生活課

〒980-0014 宮城県仙台市青葉区本町3丁目3-1

TEL : 022-221-6093

本書に記載の各種データは、2025年7月時点で公表されている最新情報に基づいています。

本書の無断での転載、複写、複製、配布などの行為は禁じられています。

本書が必要な場合は、上記連絡先まで御連絡いただくようお願いいたします。

※「ころころまる」は商標登録出願中です。

