

◆環境にやさしい買い物行動の例

3Rの分類	行 動	説 明
リデュース	マイバックの使用	商品購入時にレジ袋を辞退してマイバックを使用する
	過剰包装の辞退	不要な物品包装を辞退したり、簡易包装にしてもらう
	長寿命(ロングユース)製品の購入	一般の製品よりも品質がよく、長い年月使用できる製品を購入する
	省資源・省エネ製品の購入	製造において使用した資源が少ない製品や省エネ製品を購入する
	必要十分量の購入	量り売り等を利用し、食料品等を必要な量だけ購入する
	詰め替え用商品の購入	洗剤ボトル等の容器入りの商品ではなく、詰め替え用商品を購入する
	消費期限や賞味期限が先に来る食品の購入	消費期限や賞味期限が先に来る食品を購入することにより、食品廃棄ロスを減らすことにつながる
	マイボトル、マイタンブラーの使用	カフェや給茶スポット等でマイボトル、マイタンブラーを使用する
	マイ容器の使用	購入時に食品トレイや個別包装等を断り、持参したマイ容器に入れてもらう
リユース	古着、古本の購入	フリーマーケットや中古品を扱う店を利用し、古着、古本を購入する
	リターナブルびん入り商品の購入	ワンウェイびんではなく、再使用できるリターナブルびんに入った商品を購入する
リサイクル	リサイクル製品の購入	リサイクルされた原材料をもとに製造された製品を購入する
他の環境行動	低環境負荷製品の購入	製造時に発生する環境負荷が低い製品を購入する
	地域で生産された商品の購入	地域で生産した商品を購入することで、商品の輸送に要するエネルギーを抑制することができる
	旬の食品の購入	季節の旬の食品を購入する
	買い物時に自転車や徒歩、公共交通機関を利用	自家用車の代わりに自転車や徒歩、公共交通機関を利用することでCO2の発生抑制につながる