

わたしとSDGs

エス・ディー・ジーズ

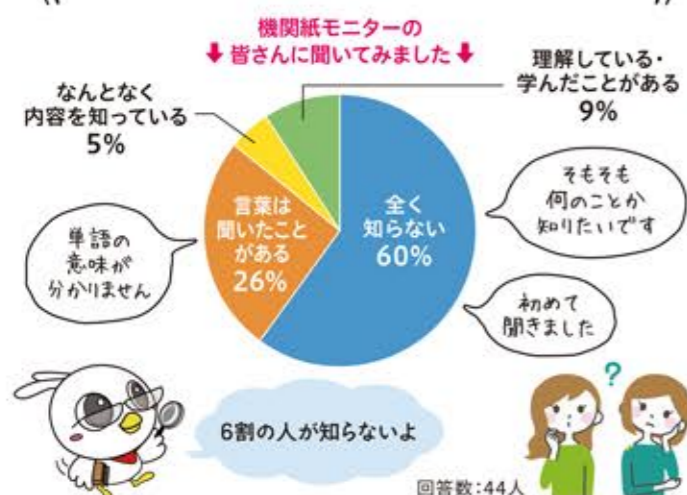
全4回



第1回 SDGsってなに？

SDGsって知っていますか？聞いたことはあるけど、よく分からないという人も多いのでは？第1回は、SDGsとは？を紹介します。

そもそもみんな知ってるの？



SDGsってなんて読むの？

エス・ディー・ジーズと読み「Sustainable Development Goals」(サステイナブル デベロップメント ゴールズ)の略。直訳すると「持続可能な開発目標」。



いつ、誰がつくったの？

2015年9月に国連サミットで193カ国の国連加盟国で採択。世界中で約1,000万人の人たち、さまざまな団体から意見が寄せられ、多くの人が関わって決めました。



誰の目標なの？

全ての国と全ての人が取り組まなければならない目標です。地球上の全ての人のために目標を達成することをめざし、地球上の「誰一人取り残さない」ことを誓っています。



なんでSDGsってできたの？

「今のままでは地球はもたない」という危機感からできました。子どもや孫の世代になっても、世界の全ての人々が人間らしい暮らしを続けるために2030年までに達成すべき17の目標をつくりました。



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



私たちの暮らしに関わっているよ



SDGsについて学ぼう
コープいしかわではSDGsについての学習をすすめます。とらいあんぐるでは、隔月掲載で私たちの暮らしの中のSDGsについて考えていきます。

組合員どうしの教え合い おうちでできるワンポイント体操

肩甲骨を動かして肩こりを解消

ちょっとひと息

Refresh Time

リフレッシュタイム



肩甲骨は第2の骨盤と言われ、周辺には上半身の主要な筋肉や関節、血管などが集まっています。肩甲骨を自由に動かし、柔軟性を高めておくと首や肩、胸、骨盤とのバランスが改善されて、姿勢も良くなります。美容カイロプラクターの奥村亜花音さんに教えてもらいました。



STEP 1 左右の手の平を前向きにバンザイするように肩幅よりやや広めに上げ、胸を開く。



STEP 2 左右の手の平を外側に向け肩甲骨を引き寄せながら肩をやや後ろに引き、ひじの位置に注意し、痛くない程度に動かしましょう。

ワンポイントアドバイス

- 肩甲骨・背中が動いているのを意識しながら動かしましょう。
- 肩甲骨を引き寄せるときに首が下に向かないように注意し、痛くない程度に動かしましょう。

北海道さけスモークサーモン



天然秋鮭使用で安心!カルパッチョはもちろん、薄焼き卵を作り、スモークサーモンを敷き詰めて三層くらいにして巻いて卵巻きを作ります。 羽咋市 あじさいさん

匠のこだわり マグロ丼



解凍してご飯の上のせるだけで子どもたちはプチ贅沢気分でした。温泉卵やとろろいもをトッピングしてもおいしかったです。 金沢市 ゆいママさん



カニのトマトクリームソース増量 (150g×3) 468円(税抜) (次回8月4回)
炒めた玉ねぎとほぐしたカニカマと一緒に和えて「カニのトマトクリームパスタ」にしました。「お店のパスタみたい!」と夫にも大好評!また絶対注文します! かほく市 ゆりさん



旨だれ牛カルビ焼肉 (110g×5袋) 948円(税抜) (次回8月4回)
焼肉に旬の野菜を付け合わせて食べたのですが、丼にしても良いです。 七尾市 みいちゃんさん



チキンライス (230g×2) 298円(税抜) (次回9月1回)
簡単においしいオムライスができて娘は喜んで食べてくれます。便利で助かっています。 金沢市 ミーちゃんさん

My Favorite
わたしの
お気に入り

あなたのお気に入りの生協商品を教えてください!