

環境にやさしいクッキングあり！

対象
中学生
以上

食べものから 地球温暖化を考える

1.5℃ライフスタイルワークショップ

in 北九州 2026

参加無料

先着 15 名

「食べること」から、 気候変動対策ができる？

地球の気温上昇を 1.5℃以内に抑えるための「1.5℃ライフスタイル」をテーマに、食と環境のつながりを学びましょう。毎日の食事や生活を少し変えることで、地球温暖化の原因となる温室効果ガスを減らせるかもしれません。



地球温暖化の
現状



1.5℃目標
とは？



食品ロス
対策

3つのステップで、楽しく学んで、未来につなげよう！

STEP
1

知る

地球温暖化と食の関係を学ぶ

昨年のワークショップ
の様子はこちら



STEP
2

実践する

環境により 1.5℃ライフスタイルに
チャレンジ！

STEP
3

作る
考える

調理実習・グループワーク

📖 今年のプログラムの詳細は裏面をチェック！

日 時 2026 年

7/28 火

8/10 月

両日ともに 13:30～17:30

※両日参加可能な方を優先受付



会 場

北九州市立ユースステーション
(八幡西区黒崎3丁目15-3 コムシティ地下1階)
* JR 黒崎駅すぐそば



対 象

中学生以上の学生
※留学生・社会人も大歓迎！



定 員

15 名 (先着順)

参加申込はこちら！



<https://www.iges.or.jp/jp/events/20260728>

申込締切 7/22 (水)

こんな人におすすめ！

- ☑ 環境問題に興味がある
- ☑ 食や料理が好き
- ☑ 探究学習のテーマを探している

〔主催〕公益財団法人地球環境戦略研究機関(IGES) 北九州アーバンセンター

〔共催〕
放課後サードプレイス
北九州市立 ユースステーション

〔後援〕福岡県、北九州市

プログラム 食を通して、未来の自分にできることを見つけよう！

事前アンケート：自分の日常の温室効果ガスの排出量が計算できます。

STEP

1

第1回ワークショップ

7/28 火

13:30～17:30

対面ワークショップ

&

調理実習

※調理実習は2つのグループに分かれて行います。
この日、調理実習を行わない方は、15:30頃終了予定です。

レクチャー

- ・国連パリ協定の「1.5℃目標」について
- ・カーボン・フットプリントについて

講師：地球環境戦略研究機関（IGES）
大田純子・赤木純子

グループワーク

「1.5℃ライフスタイル」の選択肢について知り、自分がチャレンジしたいものを話しあう

調理実習（グループ1）

講師：福岡県認定食品ロス削減マイスター
田中昌子

福岡県認定食品ロス削減マイスター
オリジナル

調理実習のレシピ

代替肉や旬の野菜を使って食品ロスや温室効果ガスの排出を考慮したオリジナルレシピを作ります。

夏野菜のカレー

トマトとオクラの和え物

かぼちゃと竹の子のそぼろ煮

なすのステーキ

フルーツ白玉

STEP

2

参加者各自が行う 1.5℃ライフスタイルチャレンジ

期間

7/28～8/10の間の

10日間

第1回と第2回のワークショップの間に参加者各自で食を通じて温室効果ガス排出を減らす生活（1.5℃ライフスタイル）を行います。どのような選択肢があるのか（1.5℃ライフスタイル・オプションカタログ）は第1回ワークショップでご紹介します。



旬の野菜や
果物を食べる



食事の肉類を
代替肉にする



地元で採れた
野菜や果物を食べる

STEP

3

第2回ワークショップ

8/10 月

13:30～17:30

対面ワークショップ

&

調理実習

※第1回ワークショップで調理実習を行ったグループは、15:30頃終了予定です。

レクチャー

北九州市の政策や北九州市内の同年代の若者の取り組みを知る

ゲストスピーカー

- ・北九州市環境局循環社会推進課
- ・九州栄養福祉大学食物栄養学部

グループワーク

- ・1.5℃ライフスタイルチャレンジのふりかえり
- ・1.5℃ライフスタイルを実現しやすい社会について考える

調理実習（グループ2）

こんなことを学べる・体験できる！

- ☒ 食と気候変動のつながりがわかる！
- ☒ 調理実習を通して楽しく学べる！
- ☒ 他の学校や年代の参加者と交流できる！
- ☒ SDGs や 1.5℃目標を自分ごとに！

全日程参加者には修了証を発行

2回のワークショップと1.5℃ライフスタイルチャレンジに取り組んだ方には、修了証をお渡します！



参加申込は
こちら！

申込締切

7/22（水）



お問い合わせ

公益財団法人地球環境戦略研究機関（IGES）
北九州アーバンセンター
E-mail: kitakyushu-info@iges.or.jp

IGES
公益財団法人
地球環境戦略研究機関