



FOOD FACTS

<https://foodfacts.jp>



魚: 2048年には海の中の生物がいなくなる

魚: 漁獲された魚の1/3は家畜動物のエサになっている。



温室効果ガス排出量: 温室効果ガス排出量の51%は畜産農業によるものだ。

海のデッドゾーン: 大半の海のデッドゾーンは畜産農業によるものである。



土地: 肉と乳製品をやめることは75%より少ない土地を使用することになる。それはアメリカ合衆国、中国、ヨーロッパ、そしてオーストラリアを合わせた大きさと同等だ。

菜食 (ヴィーガン食): 2050年までに全世界の人々がヴィーガン食に切り替えたら、温室効果ガス排出量は2/3減少、死亡率10%削減、そして災害によるダメージにかかる費用のうち1.5兆ドルをセーブすることができる。



土地/タンパク質: 肉と乳製品は18%のカロリーと37%のタンパク質しか供給しないにも関わらず、地上83%の農地を利用し60%もの温室効果ガスを排出している。

土地: 全世界で40%以上もの小麦粉、麦、オーツ麦、コーンは家畜に与えられ、そして2.5億トン大豆とその他の種油が家畜動物に与えられている。



温室効果ガス: 2030年には畜産農業による温室効果ガス排出量は全体の49%にも及ぶ。

温室効果ガス: アメリカ合衆国で肉の消費量を半分に減らしたら、260,000,000もの車が路上からなくなるのと同様だ。



温室効果ガス: 牛は全てのヨーロッパ連合を合わせた数値よりも多い温室効果ガスを排出している。

Land use: 全ての肉を大豆に切り替えると、鶏肉で70%、豚肉で89%、牛肉で97%もの土地利用が削減できる。



土地: 畜産は地球上すべての地表30%をも使用している。

温室効果ガス: 世界の60%の種の絶滅は畜産によるものである。



2030までに: 世界中の人々が卵を半分の量に、牛肉75%、豚肉90%減らすことが必要である。

牛肉: 1キロの牛肉を生産するのに、13キロの穀物・30キロの干し草・98,000リットルの水が必要である。



土地: 畜産農業は農地の70%もの土地を使用している。キャメロン

肉の消費量: 全世界で2050年には肉の消費量が76%増加する。



人々: 工場で作られる家畜に与えている作物は、40億人というより多くの人々に与えることが出来るほどの量である。

海のゴミ: 海中の46%のゴミは漁業用ネットであり、その他ほとんどのゴミもまた、漁具である。



Food Fact は日本のマスコミが報道しない真実を提供するために作られました。今までよりも更に強力な台風、洪水、酷暑、海水の上昇などの災害を避けるには **plant-based diets**、菜食に移行していくことがとても重要であります。最悪の事態を避けるのに、私たちには時間がありません。



FOOD FACTS



<https://foodfacts.jp>



心臓病: 動物タンパク質は心臓病になる確率が60%も向上し、植物タンパク質は心臓病になる確率が40%も低下する。

抗生物質: 家畜への抗生物質の使い過ぎは人体の薬剤耐性を拡大し健康に深刻な影響を及ぼす。



寿命: ベジタリアンは一般人より平均8年長生きする。

精神的健康: 菜食は精神的健康を著しく改善できると断定することが出来る。



加工肉: ”加工肉は発がん性食品である” 世界保健機関

早期死: 1/3の早期死は肉食をやめることで阻止することが出来る。



お金&健康: ヴィーガン食は全世界で死亡率を10%低下し、また医療費や仕事の生産性においては一年間で30兆円もセーブする事が出来る。

赤身肉: 赤身肉を食べることによって心臓病で死亡する確率は16%、癌は10%向上する。又、加工赤身肉を食べることで心臓病で死亡する確率は21%、癌は16%向上する。



早期死: 牛乳を毎日グラス1杯~3杯毎日飲んでいる人は1杯以下飲んでいる人に比べて早死する確率が二倍になる。

精神的健康: アメリカでの死因第一位の心臓病は、菜食人口の中ではほぼ存在しないことが明らかになった。



ベルギー: 肉は炭酸ジュースやポテトチップス、ピザなどのジャンクフードと同じくらい不健康な食べ物である、と新食物ピラミッドキャンペーンが警告した。

カナダ: 食事改良指針は菜食、または生肉食は人々にも、地球にも良いと促進している。



コレステロール: ベジタリアン食は肉食に比べ合計コレステロールが29.2mg/dlも低い。

卵: 週に3個以上卵を食べることは喫煙と同じように動脈を肥厚にする。



Food Fact は日本のマスコミが報道しない真実を提供するために作られました。

大多数の致命的な病気は肉食によるものである。

菜食に切り替えることで癌、心臓病、糖尿病のリスクを大幅に低下させることが出来、

またコレステロール値を下げ肥満も避けることが出来る。