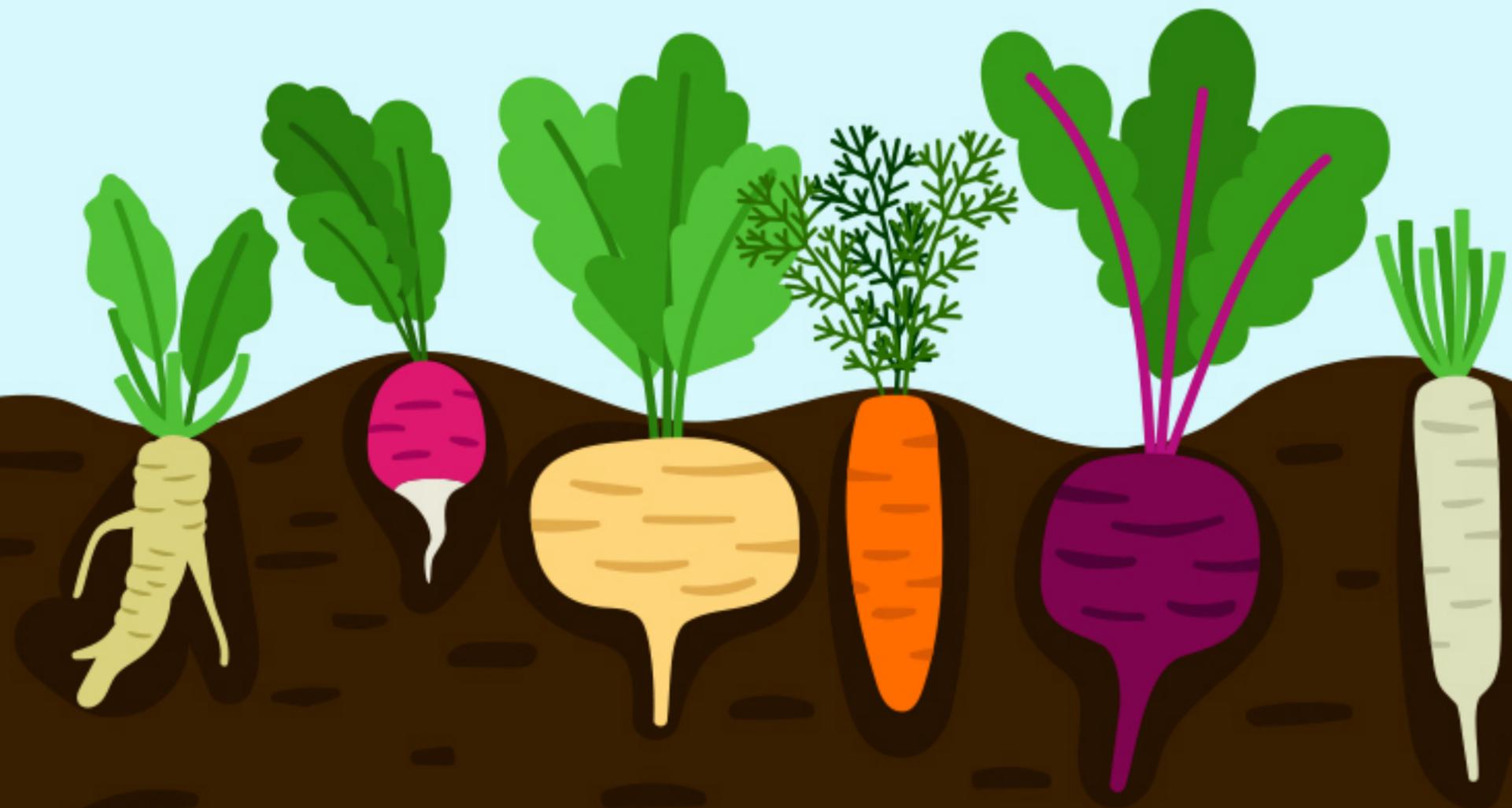


친환경 라이프

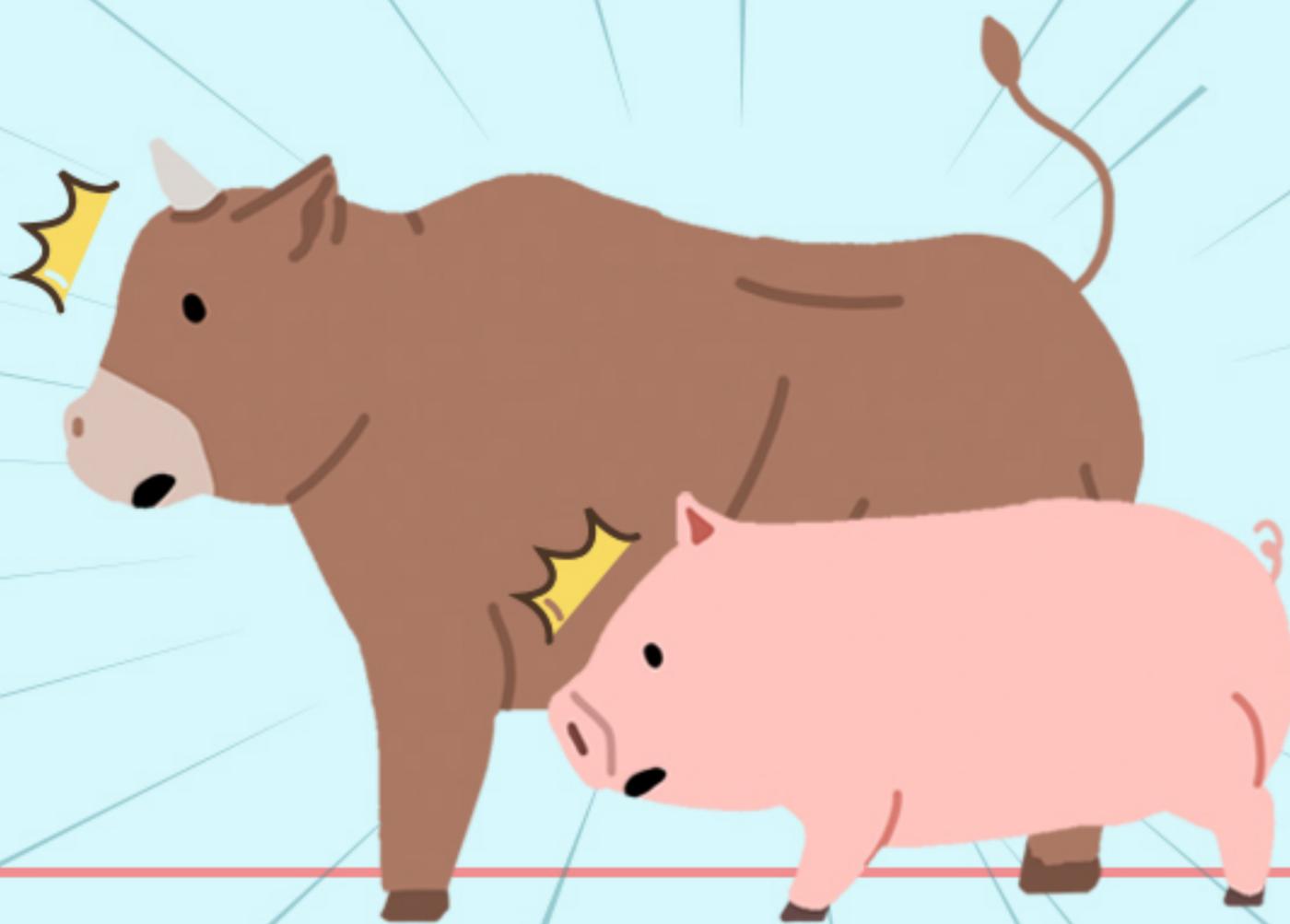
채식으로 환경 지키기



소와 돼지는 환경오염의 주범?

소와 돼지를 키울 때 나오는 '메탄' 가스는 온실효과를 일으키는 원인이라고 합니다!
'메탄'은 이산화탄소의 20배 온실효과를 일으켜 지구온난화를 더 심화시켜요.

CH₄



환경과 건강을 위한 채식!

환경을 지키기 위해
우리가 할 수 있는 일은 무엇이 있을까요?
바로 채식을 하는 것입니다.
요즘엔 건강과 환경을 위해
채식을 하는 사람이 늘어나고 있습니다.



채식주의자의 다양한 유형

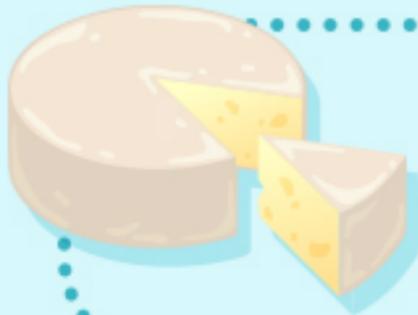
비건(vegan)

모든 육식을 거부하고 식물성 식품만 먹는 채식주의자.
채식주의자의 상위단계에 속하죠!



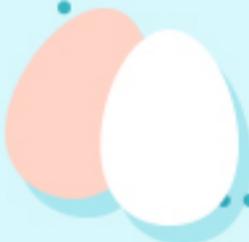
락토(Lacto)

육류나 어패류, 동물의 알은 먹지 않고
우유나 유제품, 꿀만 먹는 채식주의자.



오보(Ovo)

육류나 생선, 해물, 우유, 유제품은 먹지 않고
달걀만 먹는 채식주의자.



락토오보(Lacto-Ovo)

채식을 주로 하지만 달걀이나 우유, 꿀처럼
동물에게서 나오는 음식만 섭취하는 채식주의자.

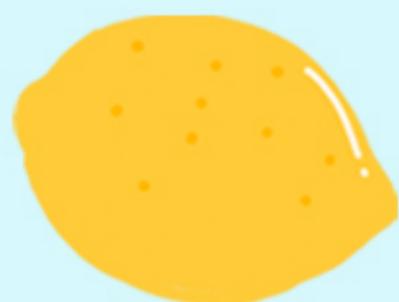


채식은 얼마나 환경오염을 막을 수 있을까요?

일주일에 한 번 채식을 하면 자동차 450만대를
멈추는 효과가 있다고 해요!

또한 현재 생산되고 있는 식량의 50%가
가축의 먹이로 사용된다는 사실을 알고 계셨나요?

만일 고기의 수요가 줄어든다면
세계 식량문제도 해결할 수 있어요!



육류는 줄이고, 채식은 늘리고!

무엇보다 중요한 건 육류의 소비를 줄이는 것입니다.

요즘엔 콩으로 만든 고기나, 두부 스테이크 등
고기 대체식품도 나오고 있어요.

이렇게 채식을 위한 식품이 늘어나게 되면
언젠가 편의점이나 우리 주변에도 쉽게 접할 수 있겠죠?

지금부터라도 일주일에 한 번 정도는
고기를 먹지 않는 것부터 시작해보면 어떨까요?



환경부



환경부 지정

국가환경교육센터