



ポイント

- 1.ごみになるものを減らす「リデュース」、くり返し大切に使う「リユース」の2Rと、資源として活用する「リサイクル」に、身近なところから取り組みましょう。それぞれがどんな風に違うのか、考えてみましょう。
- 2.私たちの日々のくらしのなかで、まずは「リデュース（ごみになるものを減らすこと）」、「リユース（くり返し大切に使うこと）」の「2R」が大切です。児童がどんな工夫をすることができるか、考えるきっかけにしましょう。

8 ごみを減らそう

もし、地球がごみでいっぱいになってしまったら、どうでしょう？ 地球を守り、限られた資源を大切に、うめ立て処分地を長持ちさせるためには、まずはごみになるものを減らす「リデュース」と、くり返し大切に使う「リユース」、そして資源として活用する「リサイクル」の取り組みが大切です。その中でも「リデュース」「リユース」の「2R」の取り組みが特に大切です。

2R...Reduce と Reuse の頭文字

リデュースはとも大切な取り組みです。しかし、リデュースやリユースに比べて、回収したものを運んだり、製品化したときに、電気や燃料などのエネルギーが多く必要です。ごみを減らすためには、より環境にやさしいリデュースやリユースの2Rに取り組みることが大切です。

ごみを減らそう **R** **リデュース（ごみになるものを減らす）**

1. **どんなことができるかな**

リデュースの取り組みについて、くわしく見てみましょう。

ごみを減らすための工夫を考えて、やってみよう。できたものには☑を入れてね。

- 余分な包装を断ろう
- シャンプーや洗剤は詰め替えできる製品を選ぼう
- 水筒（マイボトル）を使おう
- 環境ラベルのついたものを買おう
- エコマーク
- グリーンマーク
- 環境にやさしい商品についているマークのことだね！
- たじろが、こちら！
- 「環境にやさしい商品」につけられたマーク
- グリーンマーク
- 「古紙再生製品」マーク
- 食品は食べきれぬ量だけ買おう
- いらぬものやムダなものは買わない
- 買前家に同じものがないか確認しよう
- こわれたら修理して使おう
- 買物はマイバッグを持っていこう
- 環境ラベルのついたものを買おう
- エコマーク
- グリーンマーク
- 環境にやさしい商品についているマークのことだね！
- たじろが、こちら！
- 「環境にやさしい商品」につけられたマーク
- グリーンマーク
- 「古紙再生製品」マーク

17

2. 食品ロスを減らそう！

食べれば、えいよう！ 残せば、ごみ！

食品ロスとは？

- ① 食べずにそのまま捨てられた食品
- ② 食べ残して捨てられた食品

神戸市の調査によると、台所ごみの約10分の1が「食品ロス」になっていて、1人あたりが1年で約6kg、お金にすると約6,000円の食べ物、食べられるのに捨てていることになります。

おうちやお店で出された食べ物は残さず食べる、買ってすぐ食べるときは、お店の棚の手前にある、期限の近い商品を積極的に選ぶ「てまえどり」をするなど、食べ物を捨てないくらしを心がけましょう。

また、おうちであまっている食品を集めて、必要としている福祉団体や施設に寄付する「フードドライブ」と呼ばれる活動があります。食べ物があまっている人と、食べ物を必要としている人をつなぎ、食品ロスを減らします。

てまえどり

おうちで、共通のステッカーで「てまえどり」を紹介

フードドライブ

おうちで未開封の食べ物があまってしまったら...

フードドライブとして食品を回収しているお店などへ持っていく！

フードバンク団体、社会福祉施設、NPO法人などをつうじて...

必要としている人のもとへ届けられます。

コラム キーエーロ

「こうベキキーエーロ」を知っていますか？ 土に穴を掘って、おうちで出た生ごみを入れて土をかぶせておくと、「あら！不思議！」夏なら約5日間、冬なら約2週間生ごみが消えちゃいます。これは、土の中の「微生物」が生ごみを分解してくれるから。みんなでごみを減らせる大きなチャンスかも！今年、キーエーロにチャレンジしてみませんか？

やってみよう！ ペットボトルでかんざら！

出玉にペットボトルの上半部分を切り取る

土をかぶせる

生ごみを入れる

一番下に土をしく

18



メモ

他にもごみを減らす工夫(例)

【食事の時】

- つくり過ぎない
- 食べ残さない
- よく水を切って捨てる

【買い物の時】

- むだなものは買わない
- むだなもの・過剰包装を断る
- リサイクル製品を買う
- 詰め替え製品を買う
- エコマーク商品を買う



メモ

- ◆消費期限：安全に食べられる期限
- ◆賞味期限：おいしく食べられる期限

※消費期限や賞味期限は、袋や容器を開けないで、外装の表記通りに保存した場合に安全やおいしさを約束したものです。特に賞味期限は、期限が過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。ただし、一度開けてしまった食品は、期限に関係なく早めに食べるようにしましょう。



メモ

家庭での食品ロス

神戸市の調査では、台所のごみの約11%が「食品ロス（手付かず食品・食べ残し）」です。これは、市民1人当たり年間約6kg、約6,000円(※)の食べ物が捨てられていることとなります。

※1個80円のコロケ(80g)で換算。



ポイント

買い物をするときのアイデアで、ここに載っていないことをやりたいという児童には、具体的に内容を記載してもらってもかまいません。



メモ

その他の環境ラベルの例



牛乳パック再生利用マーク
「牛乳パックからつくられた製品」につけられたマーク



PETボトル再利用品
「ペットボトルからつくられた製品」につけられたマーク



コラム

食品ロスダイアリー

神戸市では、自分がどのくらい「食品ロス（手付かず食品・食べ残し）」を出しているかを把握いただくために、廃棄した食品の種類や量、廃棄理由を日記形式で記録する「食品ロスダイアリー」を作成しています。

神戸市 食品ロスダイアリー

検索

<https://gomi-jp-foodloss.com/>