

今日から実践できることって何だろう？

親子で学ぶSDGs

近ごろよく目にする「SDGs」という言葉。

「持続可能な開発目標」として17の項目が掲げられています。

でもなんだか難しくて、実際にどうすればいいのか分からない人も多いのではないのでしょうか。

今回は、SDGsを身近なものとして親子で考えて、生活の中で実践できるものをご紹介します。楽しみながらSDGsと関わっていきましょう！



身のまわりのプラスチック製品を 探してみよう！

関係がある目標はコチラ

11	住み続けられるまちづくりを
12	つくる責任 つかう責任
14	海の豊かさを 守ろう

身のまわりを見回して、プラスチック製品を探してみよう。

プラスチック製品は便利で手軽ですが、自然には分解されないため完全にはなくならず、なんと数百年も消えずに存在し続けると言われていています。

プラスチックゴミが増え続けるとどうなるの？



- ①ポイ捨てなどのプラスチックゴミが大量に海に流れ出て、このままだと、2050年には海のプラスチックごみは魚の量を上回ると予測されています。
- ②プラスチックゴミを処理する際に、温室効果ガスが発生するため、地球温暖化の原因になります。
- ③国内でのゴミ処理が追いつかなくなりそうです。

プラスチックを減らすにはどんなことができるかな？



まずは普段の生活で、プラスチック製品を使う頻度を減らしていきましょう！

たとえばこんなコト

- ◆エコバッグを持ち歩く
- ◆プラスチック製のストローは使わない
- ◆マイボトル、マイスプーン・フォーク、マイ容器を積極的に使うなど

生ゴミはゴミじゃない！ コンポストで循環させて 肥料にしよう

関係がある目標はコチラ

11	住み続けられるまちづくりを
12	つくる責任 つかう責任
15	陸の豊かさを 守ろう

毎日の暮らしの中で出るゴミ。その中身を意識したことはありませんか？

実は燃えるゴミの約40%を生ゴミが占めています。生ゴミの約80%は水分です。生ゴミを焼却処分するのは、水分を燃やしてやるようなもの。その分燃費がかかります。

地球のために「コンポスト」で生ゴミを減らしませんか？

コンポストってどんなこと？家でできるものなの？



コンポストとは、土の中にいる微生物の力を活用した堆肥や、それを作る仕組みのことです。微生物が生ゴミを分解し、堆肥として土に戻り、またそこから野菜や花が育ち、「循環」していきます。

コンポスト化の仕組み

やってみよう！



段ボール コンポストを始めよう

【用意するもの】
段ボール……………

- 二重になっているもの(25〜40ℓくらい)
- ★もみ殻くん炭…10ℓ ※ホームセンターで売っています
- ★ピートモス…15ℓ ※ホームセンターで売っています
- スコップ/虫よけキャップ
- 風通しの良い台

【作り方】

★を混ぜ合わせて段ボールに入れる▼
1日400〜500gの生ゴミを入れて混ぜ込む▼段ボールのフタをして虫よけキャップをする▼約3カ月経ったら熟成させるために生ゴミの投入を中止し、週1回を目安に水を約500ml〜1ℓ混ぜ込む。約3週間〜1カ月で熟成が完了。堆肥として使えます。

【成功のコツ】

- ・生ゴミの水分をよく切って投入
- ・生ゴミや卵の殻などは分解しやすいように小さく切る
- ・温度が低い時は、少量の油やパンくず、牛乳などカロリーが高いものを入れる
- ・分解しにくくなったら休ませる



手作りSDGs

絹たわし

キッチンスポンジのほほすべてがプラスチック製品。使い続けるうちに細かく砕け、マイクロプラスチックを発生させています。「絹たわし」は環境への負荷が少ない天然由来の素材を利用。正絹の着物をほどこき、細長く割いてかぎ針で編むと「絹たわし」になります。

新聞紙バッグ

新聞紙・のり・リボンで、オリジナルの新聞紙バッグが作れます。



コンポスト、手作りSDGsを教えてくれた
鍛塚聰子さん
(さとこの日記広場主宰/段ボールコンポストアドバイザー)
ゴミが肥料になって花が咲く「循環生活」を楽しんでください。希望があれば絹たわしと新聞紙バッグワークショップもします。

買いたい物や日々の行動を通して私たちにできること



開発途上国と適正価格で取引する「フェアトレード」。フェアトレードの取り組みは、SDGsが掲げるほぼ全ての目標に関係しています。

小倉北区でフェアトレードショップ「一生もんshop 緑々(あおあお)」を営む宮下緑さんに、身近にできる取り組みをお聞きしました。

「買いたい物は投票」。ものを買う時、選ぶ時は「どんな社会にしたいのか」を考えよう！

- ◆産直や地産地消のものを選ぶ
 - 遠く離れた生産地から運んでくる食料は、輸送や保管などにたくさんさんのエネルギーが使われており、多くの二酸化炭素が排出されていることとなります。「フード・マイレージ(輸送距離)」の低い地産地消のものを選びましょう。
- ◆プラスチック製容器包装の袋にどれくらい詰められるか挑戦しよう！
 - 日ごろ、プラスチックを使わない、買わないということに意識がいくようになります。袋の回収に出す回数が減れば節約にもなります。

- 卵のバックなど、細かく切り刻んだり、膨らみのあるものは極限まで潰したり、ゲーム感覚で楽しみましょう。
- ◆古着は切って雑巾やキッチンペーパーとして再利用しよう。
- ◆虫食い穴などを補正する「ダーニング」で洋服を大切にしよう。
- ◆食品ラップを「みつろうラップ」に替えるのもおすすめ。

楽しく身近にSDGsメモ!

みつろうラップ

布にみつろうを染み込ませた洗って何度も利用できるエコラップです。耐久性がありリペアすれば1年程使い続けることが可能!好きな柄の端切れで作ることもできます。

ダーニング

穴や薄くなった箇所を繕うヨーロッパの伝統的な修繕方法。補正した生地とはあえて違う色を使うのも可愛い!お気に入りの方が更に好きになるかもしれません。

宮下さんおすすめ

親子で読みたいSDGsにつながる本

『ぐるん ぐるん』

(山福朱実 作絵) 農山漁村文化協会
この星にいのちが生まれた時から、たえまなく続いてきた「いのちのつながり」。食べたり食べられたりしながらいのちを営む生き物たちの姿を、美しくダイナミックな版画で描いた絵本。



『和ろうそくは、つなぐ』 (大西暢夫 写真文) アリス館
ポツと炎が飛び出し、踊るように燃える和ろうそく。この灯りがどうやって作られているかをたどっていくと藍染、和紙、墨…と、他のモノづくりにつながっていった。

フェアトレード商品に見られる手仕事の技術や環境への配慮、知恵や工夫は心を豊かにしてくれます。私たちは価値観を変えないといけない時期になってきていると感じます。安いものを買って何回も買い替えるより、長く使うことを考えた適正価格のものを買うようにしましょう。



一生もんshop 緑々(あおあお) 宮下緑さん