

気づけたもん勝ち☆
SDGsって凄く身近なものだった!!



大学コンソーシアムやまなし
川口 美和

まず、川口をご紹介します

面白いことが大好き！

興味のあるものはトコトンです。

独身の時は面白くて仕事がほぼ趣味で仕事虫でした。

そうです！

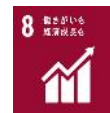
仕事はやりきったので、未練なく

今は愛娘に愛情を思い切り注ぐ

毎日です♡

現在の仕事は限られた時間の中で

炎を出しながら楽しんでいます！



そして、私の仕事をご案内

大学の仕事かと思っていたら違った！ 全然違った！

地域社会活動支援事業

県内の大学生グループが、地域社会の課題解決に向けたプロジェクトをデザインして実践する学生イニシアティブ事業の支援。2月に成果発表会があります。

留学生支援事業

留学生による日本語スピーチコンテストを実施。企画立案から協賛依頼まで、すべてを学生が行っています。12月11日にコンテストがありました。

単位互換事業

加盟大学に在席する学生が県内の他大学の授業科目を履修し在籍する大学の単位として取得することができます。

生涯学習事業

大学での研究成果を地域社会に還元するための講座などを企画し県民に多様な生涯学習の機会を提供します。10月には小学生向けの講義を県内の大学の先生が行い多くの小学生が参加しました。

そして巡りあってしまった・・・

SDGsプラットフォーム事業

大学、企業、自治体、民間などが協働してSDGsの推進事業を行っています。主に、SDGsカフェの運営や事前打ち合わせの段取り、ホームページやFacebookの投稿、たまにカフェでファシリテータをさせていただいています。色んな方と会い、お話ができるこの事業は仕事の枠を超え、個人的に本気で楽しんでいます。

大学コンソーシアムやまなしとは・・・

山梨県内の12の大学による共同事業体で、合計7つの事業があります。1つの大学では難しいことをコンソーシアムとして行っています。

担当となって、SDGsについて勉強してみた。

わかりません



SDGsって、
まず読めなかった！
アルファベットへの
苦手意識・・
なんだか難しいこと
なんじゃないの？
私・・大丈夫かな・・
まず、勉強する時間
あるかな・・

SDGsは法的な義務ではなく、すべての国の人々が当事者で意識を持って取り組むことができる目標。

国や自治体、会社や学校などの団体だけでなく、個人も重要な役割がある！2030年には今の子どもも大人になっている。

1人でやっても意味がない？自分から発信して、行動していくと周りも変わるんじゃない？1人で難しいこともみんなで行えば、できちゃうかも！

1人でもできること・・・探してみた

- ①マイバックを使う
- ②マイボトルを使う
- ③ものを最後まで使いきる
- ④食べ物を残さない
- ⑤ごみは分別して捨てる



①



②



マイバックは忘れがちなので、
 出かける時はマイボトルやお菓子を
 入れて一緒に持ち歩く。
 帰りはこれに買ったものを入れる
 といい♪



スーパーへ行くときはマイバスケット！
 コロナの関係でダメなお店もあるけど、
 ほとんどのお店がレジを通してそのまま
 カゴに詰めてくれる♪買ったものを移動して袋に
 入れるより断然時短で楽ちん!!そして密を回避で
 きる。



③④



料理は自分たちが食べられる分を作る。必要な分だけ買う。**日本の食品ロスの45%**は家庭から
そして、子どもには食育も大事♡一緒に育てて、皮をおいたり切ったり食べたり。自分が携わっていると関心を持ち、
嫌いだったものが好きになることが結構多い。子どもの好き嫌いをなくすことは食品ロスへの近道だったり・・・

④

セロリの葉っぱやニンジンの皮、ブロッコリーの茎、大根の葉っぱなど、捨てずに食べよう!

人参の皮は本体よりβカロテンが豊富、ブロッコリーの茎は食物繊維が沢山。
野菜の捨ててしまう部分を沸騰して、そのお湯で麺を茹でたり、スープにしたり。
捨てられてしまう部分は栄養素が豊富で、美味しくリメイクすることができる♡



ガソリンが高い!

自分たちの移動にだけ直撃??ノンノン。農作物を作る際のものは置いていて・・・
野菜や私達に必要なものを運ぶ時にもガソリンが必要。
そして、運ぶ時に出る燃料も距離が長いほど沢山の二酸化炭素が出る。
二酸化炭素は地球の温暖化の原因の一つとされている。

だったら地元のもを食べよう!!

ということで、「よってけし」などで地元もお米やお野菜など買うよう心がけている。これも地産地消!



富士の国やまなしを食べつくそう!

娘の通うこども園では、大塚人参、八幡芋を種まきから収穫まで体験し、みんなで調理した「ほうとう」(麺、野菜、味噌まで全部手作り)を食べる機会を作ってくれた。子ども達は地元の野菜を身近に感じる事ができ、また自分たちが作った!という大きな自信につながった。



余談ですが



こちらのお嬢さん
シャトルシェフ(6歳)

こういった便利
グッズを使うも
のSDGsに繋
がるのかしら..



中は真空になっている。



具材を入れ調味料で味を
整えグツグツ10分ほど



あとは、さっきのシャトルシェフに入れて放置。
電気もガスも不要。

④

食べ物も大事だけど、水も大切!

水って蛇口をひねれば出てくるありがたいもの。
お風呂や料理、今は念入りにする手洗いにも
欠かせない大切なもの。



ちょっと待って!
ジャージャー流しっぱなし
・・・今の時期、あったかいお湯が
出るまで出しっぱなし～
なんてこと・・・ない?

6 安全な水とトイレ
を世界中に



水は大切な資源



出しっぱなしを30秒短くすると
2ℓのペットボトル約3本分節約



シャワーを1分短くすると
約6本分節約

そんなに節約できるなら、家族みんなで、ここにいるみんなで気を付けたら、
みんなの家族も気を付けたら・いいんじゃないの。これ、**今日から実践できるじゃない!**

⑤

コロナ禍の中、何が増えた??

我が家では外食が減り、テイクアウトの機会が増えた。
そしてごみが増えた。更に私の体重も増えた・・・。



ガーン

↓

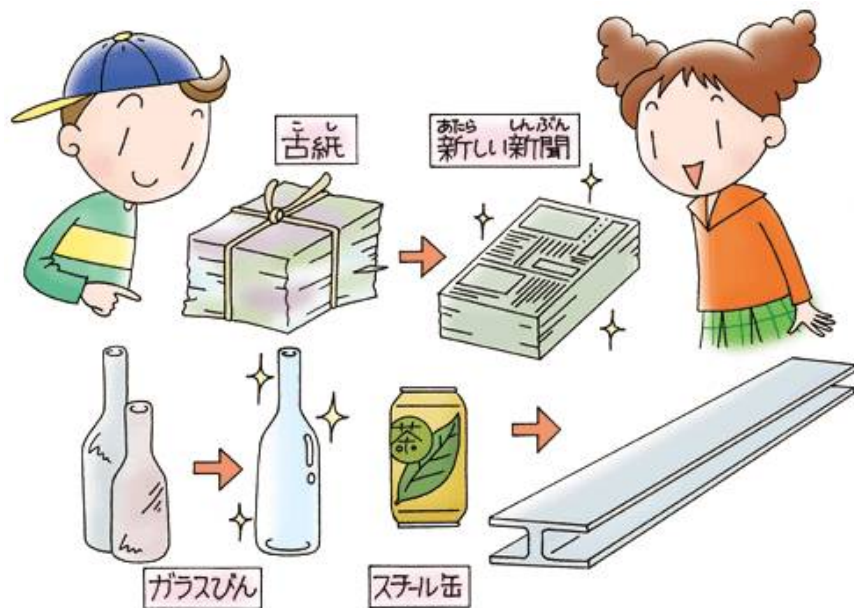
ごみ袋がすぐいっぱいになってしまう。困ったぞ・・・

↓

今まではペットボトルや缶、段ボールなど目立ったものはやっていたけど、ちきんと分別して、リサイクルセンターへ持っていくことにした。

↓

ごみを分別することで、可燃ごみを出しに行く回数が減り、今まで普通に捨てられていたごみたちは資源として生き返ることになった。



古紙は水に溶かしてパルプに戻し、新しい紙製品に！
プラスチックは服やペットボトル、ペンなどに。
ビンは新しいビんに。
アルミやスチール缶はブロックや缶に！



嬉しかったこと(^▽^)/
SDGsカフェが終わってキッチンへ行くと、娘が食べたお弁当の
パックを主人が洗ってくれていた!!小さなことでもコツコツやっ
ていると、周りにも波及するのだ!!

そして、着れなくなった服

環境省の調査によると、日本で焼却・埋め立て処分される服の量は年間**48万トン**！大型トラックに換算すると毎日**130台分**もの服を焼却・埋め立て処分している！

12 つくる責任
つかう責任



リサイクルショップへ持っていき、次に着たい!と
思ってくれる方のもとへ...

リサイクルショップにも持っていけない、ボロボロな服はどうする?再利用する?

今はコロナの影響で海外へ服を送ることができないとのことで、返却されることもしばしば...



我が家では、着古した服は適当な大きさに裁断し、机やキッチン、洗面台など、ちょっと拭きたい!!ところを拭いている。



そして、子どもが大好きな唐揚げなど、揚げ物をした後は服が大活躍☆

キッチンペーパーの出番なし。これも**アップサイクル!**

本当に必要なものは？

包装は、商品を運んだり、並べやすくする。汚れや衝撃から商品を守り、中の食べ物を腐りにくくする。商品を良く見せたり、手に取りやすくする。**大切なもの！**

人に渡すプレゼントも、ラッピングして、できるだけ綺麗な方がもらう側も渡す側も嬉しい♪



自分が使うものは??



ふと気付く。
個包装も必要なし。ラッピングもいらない。

※←個包装されていないペン。

必要なものは必要。
必要でないものはごみも減らせるし、なくて良し。



4R

Reduce (減らす)

Reuse (繰り返す)

Recycle (再利用)

そして

Refuse (断る!)

まず、周りをよく見る。人の話をよく聞く。
何かひっかかったら自分で考える。
分からなかったら調べる。

そして実行する!

←4Rを知った、でも行動に移さなければ
知らないも同然。

1人でやっても仕方ない?

想いは人に伝染する。だったら行動してみよう!

そして想いは共有してまた実行

してみよう!と、気付くことが

できた私はとっても**HAPPY**です♡

17 パートナーシップで
目標を達成しよう

