

ごみを減らして 資源を大切にしよう



港区リデュースキャラクター
だんじろう (断辞郎)



港区リユースキャラクター
リユ-助



港区リサイクルキャラクター
エコル

小学校			名前
年	組		

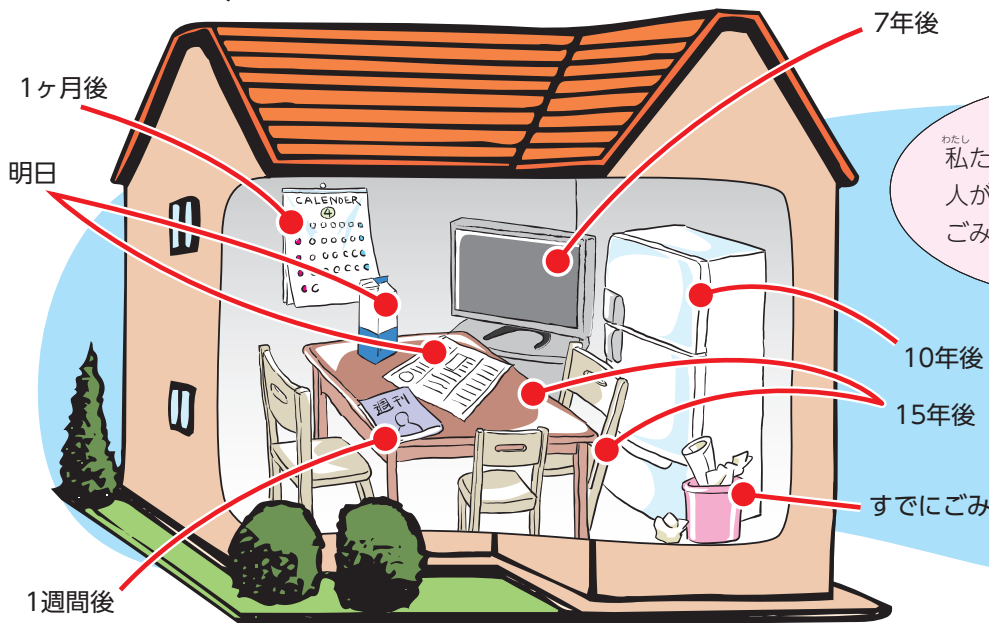


こんにちは！^{わたし}私は、港区のリサイクルキャラクター「エコル」です。
今日は、みんなでごみとリサイクルについて考えてみよう！！

ごみはどうして生まれるの？



「ごみ」って、どこで、どうやって生まれるんだろう？
たとえば、家の中をのぞいてみると・・・？
下のイラストを見てください。



^{わたし}私たちの^{まわ}周りにはごみだらけ！
人が生活するすべての場所から
ごみは生まれるんですね！



(ごみになる期間は一例です)

いつかはみんな「ごみ」になる！！

^{ひつ}必要だから買ったものでも、^{しょう}使い終わった後は「ごみ」になる。
でも、その「ごみ」は、本当にもう使えないものなのではないでしょうか。

「資源」と「ごみ」のちがいを、わかるかな？

いらなくなった物を、みんなは「ごみ」って言うけれど、よく見てみると、まだ他の品物の原料や材料として使える物もあるんだ。こういう物を「資源」といって、たとえばジュースのかんがリサイクルされると、もう一度、かんやいろいろな品物に生まれ変わるんだ。

そして、この資源以外の捨てるだけのものが「ごみ」なんだ。

みんなも、ごみ箱に入れる前に「資源」になるのか「ごみ」になるのかを確認してみよう。





「資源」と「ごみ」の分け方

「資源」と「ごみ」って、どんなふうに分けるのかな？ 気をつけることはあるのかな？

「資源プラスチック」

プラスチックは資源として回収し、リサイクルします。資源プラスチックを正しく分けて出すことで、新しい品物に生まれ変わり、ごみを減らすことができます。



菓子などの袋



プラスチック容器



ボトル類



チューブ類



その他プラスチック製品

プラマークを目安に分けてください。

食べ残しや汚れがあるとリサイクルできません。

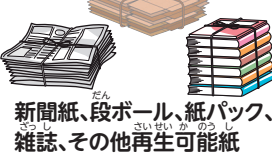


古布でふき取る、残り水ですすぐなどして、汚れを落としてください。

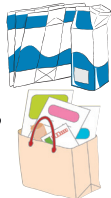
「資源」

ごみの中には、もう一度品物に生まれ変わることができる資源が入っていることがあります。資源を正しく分けて出すことで、新しい品物に生まれ変わり、ごみを減らすことができます。

古紙



新聞紙、段ボール、紙パック、雑誌、その他再生可能紙



飲み物や食べ物のびん



ペットボトル



飲み物や食べ物のかん

これは可燃ごみだよ！



写真、内がわが白以外の紙パックなど

これは不燃ごみだよ



油などで汚れたびんやかん、ガラス製品など

「可燃ごみ」

資源として回収していない。粗大ごみでもない。燃やしても大丈夫なもの。それが「可燃ごみ」です。



生ごみ

水をよく切ってください。

洋服

まだ使えるものは総合支所などで拠点回収しています。



紙くず



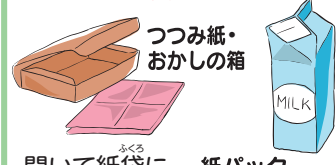
革・ゴム製品



CD・ビデオテープ

汚れが落とせないプラスチック

これは資源になるよ！



開いて紙袋に入れるか、雑誌と一緒にとばねます。

紙パック

水ですすいでから開いてとばねます。

「不燃ごみ」

資源として回収していない。粗大ごみでもない。可燃ごみでもない。それが「不燃ごみ」です。



ガラス製品

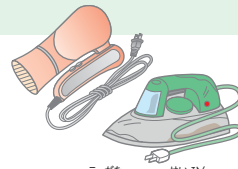


金属製品



蛍光灯

エコプラザなどで拠点回収しています。



小型家電製品★
(30cm未満)

注意！

これは資源になるよ！

スプレーかん



中身をできるだけ使い切ってから、他の不燃ごみとは別にして「キケン」と書いて出しましょう。

★携帯電話などの回収対象9品目は総合支所などで拠点回収しています。

「粗大ごみ」

自転車やタンスなどの、大きいごみです。(大きさが、たて・横・高さのどれかがひとつでも、約30cm以上ある物。)

〈令和6年度に多く出された粗大ごみのトップ3〉

1位



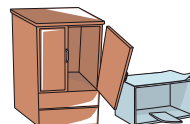
いす

2位



ふとん

3位



箱もの家具(135cm以下)

これは粗大ごみにならないよ!!

テレビ・エアコン
冷蔵庫・冷凍庫
洗濯機・衣類乾燥機

※リサイクル方法が法律(家電リサイクル法)で決められています。

パソコン

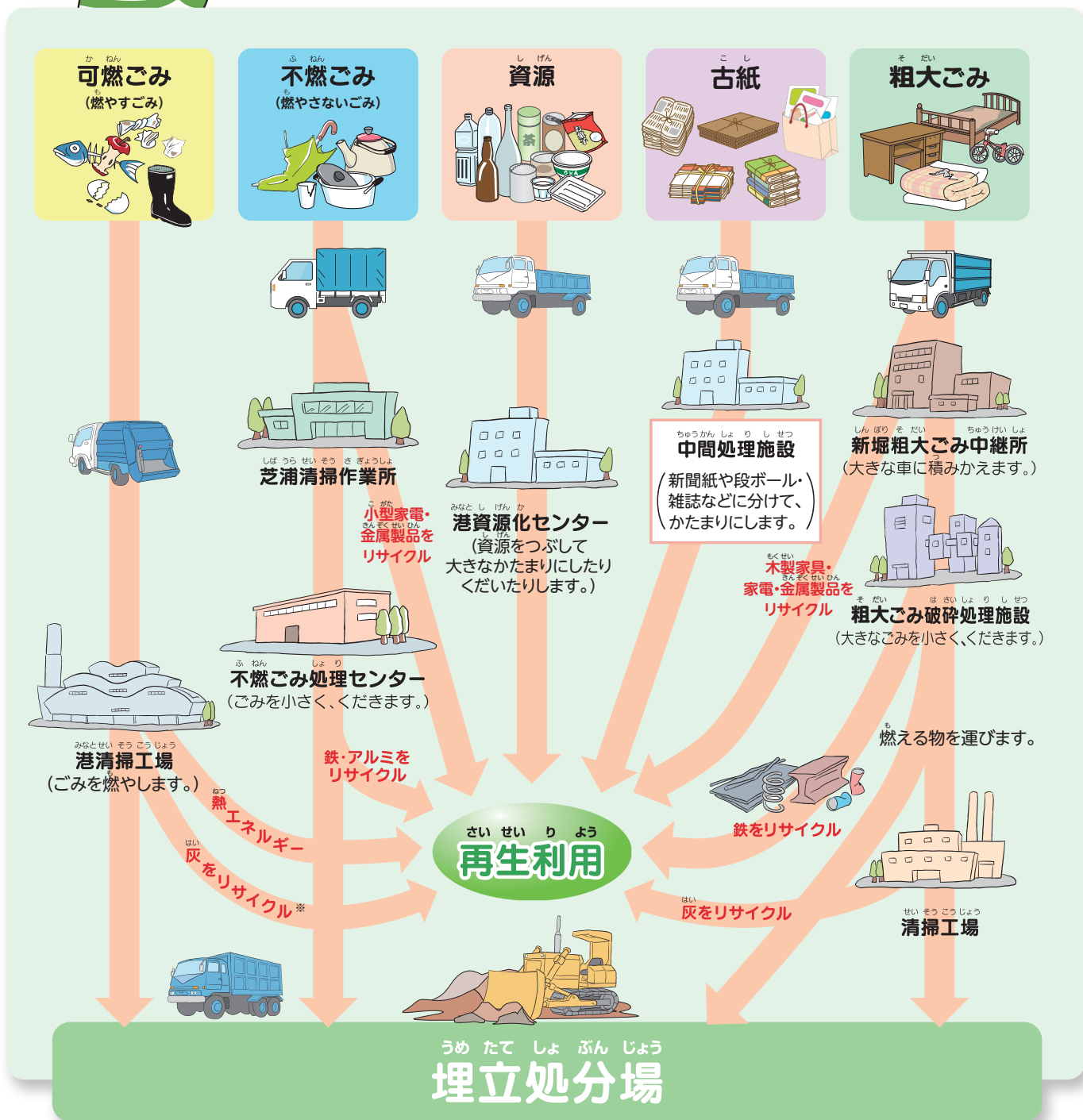
※パソコンのメーカー等が回収しています。

◆携帯電話・デジタルカメラ・携帯音楽プレーヤー・携帯ゲーム機・電子辞書・電卓・ビデオカメラ・カーナビ・コード類

資源とごみのゆくえを大ついでせき!

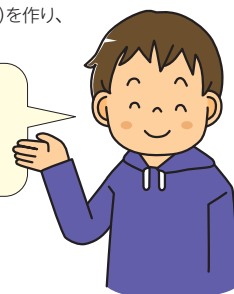


さあ今度は、資源とごみが生まれて、きちんと分けられたあとにどんな旅をするのか見てみましょう!



※ 焼却灰をセメントの原料の原料の一つである粘土の代用材料として使用するほか、加工して徐冷スラグ(人工の石)を作り、路盤材やコンクリート骨材等の建設資材として使用します。

資源とごみに分けられたあとにもこんなに行くところがあるんだね。



Bottle to Bottle

ペットボトルからペットボトルへ水平リサイクル



ペットボトルって軽くて、丈夫で便利だね。
私たちが、飲み終わったあとのペットボトルってどうなるのかな？



中間処理したペットボトル

みんなが「資源の日」に出してくれたペットボトルは、港資源化センターに集められて、ごみなどを取り除いて、キャップやラベルをはがすのを手作業で行ってから、つぶして大きなかたまりにしている。こうして、再生工場に引きわたす前にリサイクルしやすいように準備することを「中間処理」っていうんだよ。



※港資源化センターではペットボトルのほかに資源プラスチック、びん、缶の中間処理も行っています。



なるほど！ ペットボトルは資源の日に出しています。

ありがとう。ペットボトルを出すときは、水ですすいでキャップとラベルを分けてもらえるとすごく助かるよ。同じプラスチックでもペットボトルとキャップやラベルはそれぞれ素材がちがうの。だから分けて出してもらおうと、そのあとのリサイクルがしやすくなるんだよ。



だからキャップとラベルをはがすんだね！ よく分かった！
ところで、ペットボトル本体と、キャップ・ラベルってどうやって分けたらいいの？

ペットボトルをよく見ると、製品にリサイクルマークが付いているから、それを探してみよう！
♻️ マークの「キャップとラベル」は「資源プラスチック」、♻️ マークは「ペットボトル」に分別してね。



<ペットボトルのリサイクルマーク例>

ラベル付きペットボトル



ラベルレスペットボトル



ペットボトルはどんなものにリサイクルされているの？

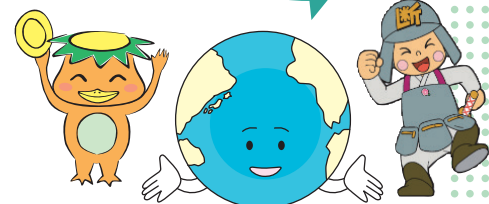
これまで、ボールペンや定規などの文房具、洋服の他にたまごのパックなど様々なものに生まれ変わっていたんだ。
でも、最近では飲み終わったペットボトルから再びペットボトルを作ることも始まっていて、港区でも集めたペットボトルは全てペットボトルに生まれ変わっているんだよ。
このように同じ製品から同じ製品へリサイクルすることを「水平リサイクル」と言うんだ。石油から作られた新しいプラスチックを使わずに、使用済みのペットボトルだけを使ったリサイクルなんだよ。すごいでしょ！



ありがとう！
ぼく(地球)を守ってね！



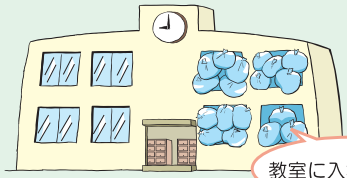
正しく分けて出せば、資源の再生利用(リサイクル)のほかに、もっと環境にやさしく繰り返し資源を使える方法(水平リサイクル)もあるんだね。資源を大切にしようが地球を守るぞ。



港区から生まれたごみはどれくらい?

港区が一年間で集めたごみは…約50,897トン!
これは、毎日、約164トン集めていることになります。

たとえば、みんなの教室に入れてみると…



教室に入ると…

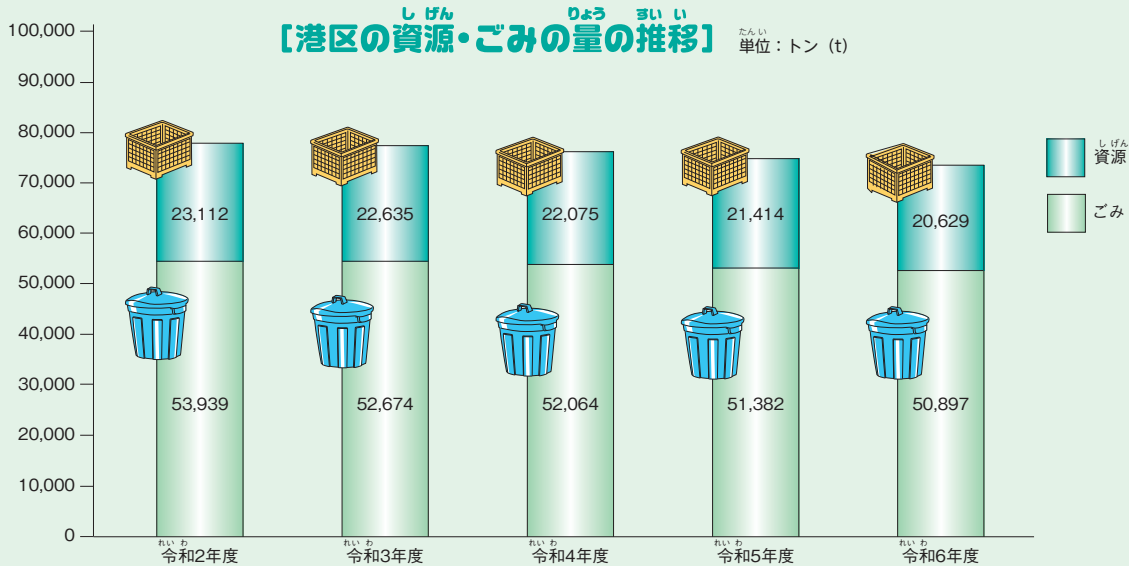
なんと
教室3.4部屋分=約164トン

※1年間の収集日数は311日。教室は、たて8m×横8m×高さ3m。1㎡=250kgで計算しました。
※ごみの総量の内訳は、可燃ごみ約47,497トン・不燃ごみ約1,226トン・粗大ごみ約2,174トンです。
(令和6年度統計。端数処理の関係で合計値が一致しないことがあります。)

「164トン」って
どのくらいの
量なんだろう?



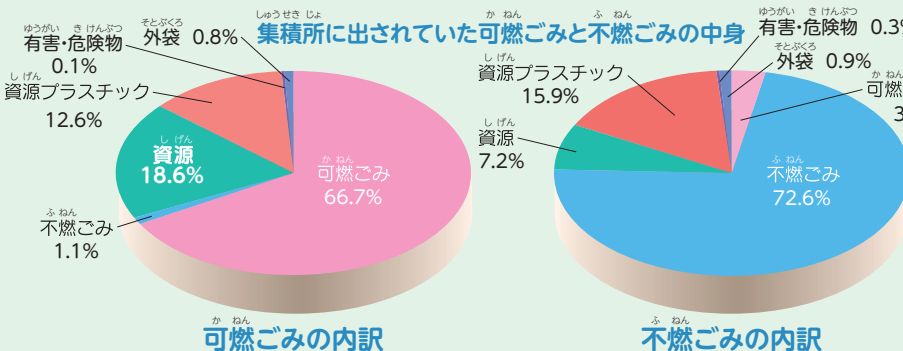
港区から出る資源・ごみの量



※大規模事業所から出る事業系ごみ(民間業者が収集)を除きます。

資源とごみを分けよう

資源がごみの中にまざってしまうとリサイクルできません。資源は大切にしましょう。



※可燃ごみに31.2%、不燃ごみに23.1%の資源と資源プラスチックがまざっていました。これらの資源が正しく分けられれば、ごみの減量になるとともに、資源の有効利用にもなります。

※端数処理の関係で合計が100%にならないことがあります。 ※端数処理の関係で合計が100%にならないことがあります。

令和4年度港区ごみ排出実態調査より

どうしてごみを減らさないといけないの？



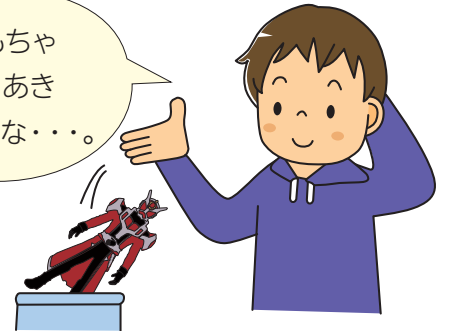
わたしたちのくらしは、たくさんの物に囲まれて、とてもゆたかですね。でも、ごみを処分する工場があるのだから、たくさん作って、たくさん使って、たくさん捨てればいいのでしょうか？ さあ、考えてみましょう。

服はたくさん持っているの！



あきたら捨てちゃえばいいのよ！

このおもちゃそろそろあきちゃったな・・・



まず、物を作るところから見てみよう。

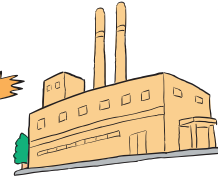


①

どんな品物も、まず原料となる物質を加工して作られます。たとえば、ノートは木から、ペットボトルは石油から作られています。



②



製造工場

私たちのゆたかなくらしはこの「天然資源」のおかげなんだね！



④

この原料は・・・

ぼく（地球）がとても長い時間をかけて作ってきた、「天然資源」なんだ。



だけど…このごろたくさん木を切られたり、石油をほられちゃったりして、このままだと、大変なことになりそう・・・

③

また、ごみを処理する工場
などの施設を動かすのにも、
この天然資源のエネルギーを
使っているんだよ。



ごみの量が増えれば、
処理をするエネルギーも
増えてしまうよね。

エネルギー



5

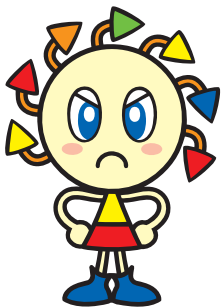
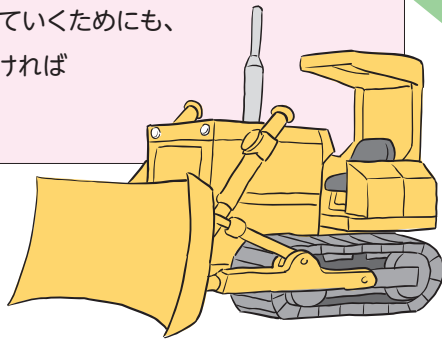
ハンドソープを使えば
中身が減ってしまうよ
うに、地球の「天然資
源」も使えばもちろん
減ってしまいます。



6

8

ごみは、燃やしたり、くだいたり、つぶしたりして小さくします。
そして、小さくなったごみから、リサイクルできるものを取り
のぞいて、残ったものを埋立処分場に埋め立てます。
ところが埋め立てできる場所には限りがあります。
今の埋立処分場を長く使っていくためにも、
ごみの量を減らしていかなければ
いけません。

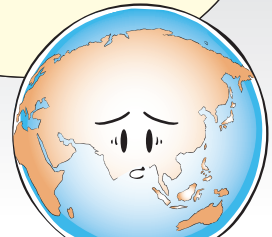


いらなくなったら、なんでも
捨てるのはいけないことな
んだね…。

でも、どうしたら、ごみを減
らすことができるんだろう？



かぎりある地球の天然資源を、
大切に長く使っていくことが、
これからの未来を生きる
私たちにあたえられた
使命なのです！



7

じゃあ、ごみを減らす工夫に
ついて考えてみよう！



ごみを減らす工夫“3R”

みんなの生活の中で、どうすればごみが減らせるでしょうか？
次のイラストを見て、ごみを減らすポイントを考えてみよう。



家で...



まだ買ったばかり
だけど...
気に入らな
くなったし。

ごみを減らすポイント!



おなか
いっぱい!

わたし、
この食べもの
きれいだから
食べたくな〜い。

ごみを減らすポイント!

学校で...



また間違え
ちゃったよ。
いや!
やぶいて
捨てちゃえ。

ごみを減らすポイント!

公園で...



めんどく
さいから
お菓子の箱と
かんを
いっしょに
入れちゃえ。

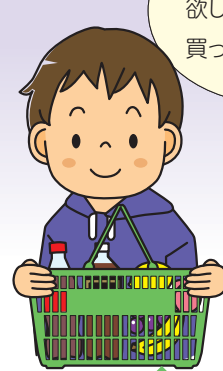
ごみを減らすポイント!

買い物で...



ぶくろ
レジ袋は
安い、
手ぶらで買い物
できるほうが
べんり
便利だわ〜。

ごみを減らすポイント!



とにかく
ほしい物をぜ〜んぶ
買っちゃおう!

ごみを減らすポイント!



このイラストを見て、どんなことが考えられるかな？
ごみを減らすポイントは、「3つのR」に分けられるんです。
「3つのR」とは、リデュース(Reduce)、リユース(Reuse)、リサイクル(Recycle)の3つの言葉の頭文字をとったものです。次のページをよく読んでみよう。

アール 3つの“R”

3つのR

1 Reduce リデュース

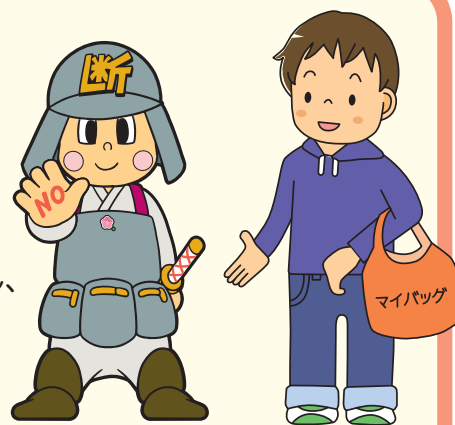
ごみになるものを減らすこと

■ものを買うときは、よ〜く考えよう!

新しいものを買う前に、使いかけのものや同じようなものを持っていないか思い出してみましょう。また、はかり売りやバラ売りを利用し、必要な分だけを買うようにしましょう。

■お買い物にはマイバッグ!

マイバッグを持っていれば、レジ袋はいりませんね。



3つのR

2 Reuse リユース

何回もくり返し使うこと

■つめかえできるものを選ぶよう!

つめかえ用製品を選べば、容器はくり返し使えて、ごみを減らすことができます。

■まだ使えるものは交かんしよう!

まだ遊べるおもちゃは、お友だちと交かんするとまた遊べます。

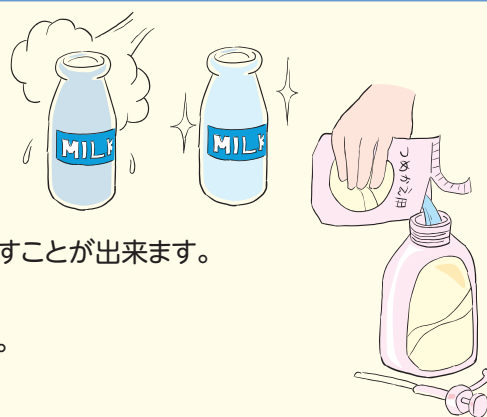
■リターナブルびんはリユースの優等生!

洗って何回もくり返し使うことができる牛乳びんや、ビールびんなどがリターナブルびんです。

リターナブルびんは、買ったお店に返してくださいね。

■イベントでリユース食器を利用しよう!

港区では洗ってくり返し使える食器等をリユース食器として無料で貸し出しています。



もったいない



3つのR

3 Recycle リサイクル

新しいものの材料としてもう一度使うこと

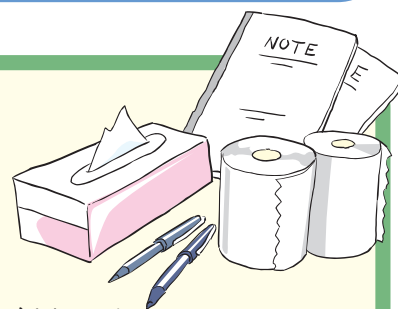
■きちんと分別!

リサイクルするためには、資源、可燃ごみ、不燃ごみをしっかりと分けることが大切です。

家でも学校でも、分別ルールを守りましょう。

■再生品を使いましょう!

みんなが出した資源で作られた、再生品をすすんで使うことで、リサイクルの輪ができます。



もったいない! 「食品ロス」を減らそう

食品ロスって何?

食品ロスとは、みなさんが食べ残したのものや、料理のときに出る野菜の皮、賞味期限が過ぎてしまった食品など、食べられるのにごみとして捨てられてしまう食品のことです。

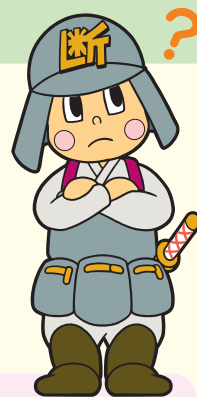
国民が、それぞれの立場で食品ロスを減らす取り組みをするよう、令和元年10月に「食品ロスの削減の推進に関する法律」が施行(実施)されました。



たくさん発生している食品ロス

日本では1人1日あたり、お茶碗軽く1杯分(約102g)の食品ロスが発生しています。港区には約26.9万人が住んでいます。

港区の人口で計算すると、どれくらいの食品ロスが発生したことになるのか、計算してみましょう。



102g

日本で1人1日あたり発生する食品ロス(お茶碗軽く1杯分)



約**26.9**万人

港区の人口(令和8年1月1日現在)



t

(参考知識)

一般的なごみ収集車が1台に収集できる量は**2t**までです。

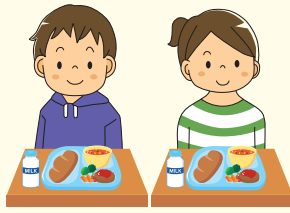


捨てられてしまった食べ物は、どうなるの?

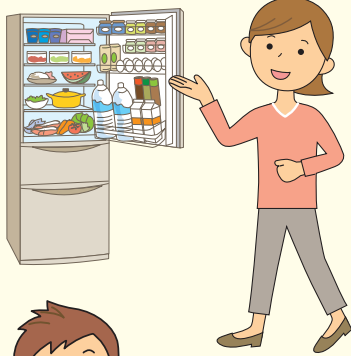
燃やすごみとして燃やされてしまいます。食べられるのに捨ててしまうなんて「もったいない!」ですね。



食品ロスをなくすには



- おうちの料理や給食は残さず、おいしく食べましょう。
- 「食べ残しは、もったいない!」の気持ちを持ちましょう。



- 賞味期限、消費期限が近いものから食べるようにしましょう。
- 買い物に行く前に、冷蔵庫の中を確認するようにして、余分な物は買わないようにしましょう。
- おうちで余った未利用食品は、食品を必要とする人に届けてくれる「フードドライブ」を利用しましょう。



- 残っている食材から調理し、上手に使い切りましょう。
- 作り過ぎて残った料理は、リメイクレシピなどで工夫しましょう。



おいしく食べられる期限です。
いたみにくい食品についています。
→ 期限が過ぎても必ずしもすぐに食べられなくなるわけではありません。



いたみやすい食品についています。
→ 期限を過ぎたら、食べないようにしてください。

港区のフードドライブについて

港区では、おうちで余った食品を集めて、必要としている人に届ける「フードドライブ」を行っています。食べきれない食品は、お近くの受付窓口を持っていきましょう。



詳しくはこちら

フードドライブ受付窓口


芝地区総合支所 協働推進課	がん在宅緩和ケア支援センター「ういケアみなと」ゆかしの杜
麻布地区総合支所 協働推進課	エコプラザ
赤坂地区総合支所 協働推進課	みなとリサイクル清掃事務所
高輪地区総合支所 協働推進課	ファミリーマート一部店舗
芝浦港南地区総合支所 協働推進課	ライフ一部店舗
芝浦港南地区総合支所 台場分室	

「海洋プラスチック」について考えてみよう

海洋プラスチック、何が問題なの？


プラスチックは、軽くてじょうぶで、いろいろな形に変えられるため、わたしたちの生活に欠かせない物となっています。近年、海に流れ出したプラスチックが、かんきょうにえいきょうを与えることが問題になっています。

～産業へのえいきょう～

 観光業や漁業などに、大きなそん失が出ています。

ああ、ヤドカリがプラスチックのあみに引っかけているのかなあ？

～海の生き物へのえいきょう～

 毎年、海鳥100万羽、クジラやアザラシなどの海洋ほにゅう類10万匹、その他、たくさんのウミガメや多くの種類の魚が死んでいます。




なぜ生き物が死んでしまうのか？


- ① プラスチックごみが体にまきついたり、からんだりしてしまいます。
- ② 食べ物と間ちがえて食べ、胃がプラスチックでいっぱいになり、栄養がとれなくなってしまいます。
- ③ プラスチックについての有害な化学物質が魚などの体内に入ります。その魚などを食べる海鳥や海洋ほにゅう類、人間へのえいきょうも心配されています。





写真提供：東京海洋大学


世界の海にただよいしずむ海洋プラスチック

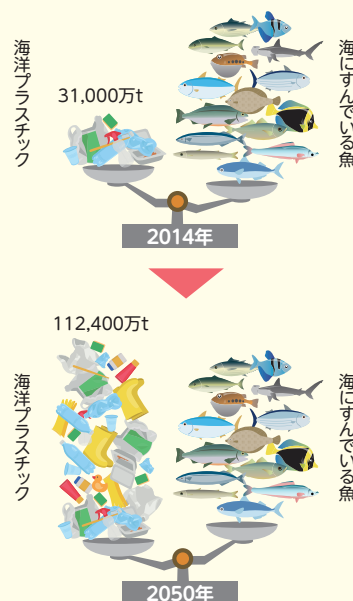
 海にすてられたり、陸から海に流れ出したプラスチックごみ「海洋プラスチック」が、世界的なかんきょう問題に。

 世界の海の中の海洋プラスチックの量は、1億5千万トン。さらに毎年、800万トン以上が海に流れ込んでいます。

 2050年には、海洋プラスチックの量は、魚の量をこえるといわれています。

 海岸にひょう着するごみは、海洋プラスチック全体のごくわずかです。ほとんどが、海中にただよつか、海底にしずんでいます。

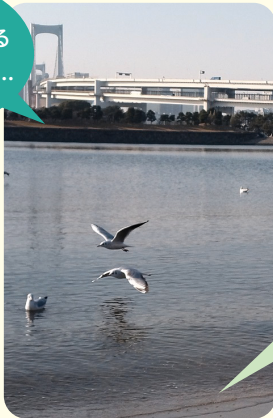
 海洋プラスチックを人の手で拾うことは、ほぼ不かのうです。



細かくくだけた「マイクロプラスチック」

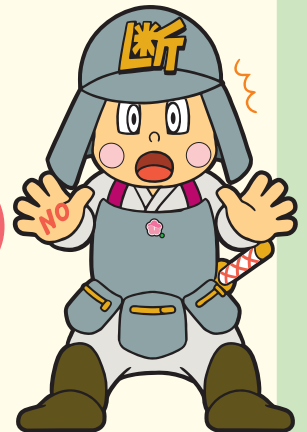
- 🐟 マイクロプラスチックとは、5ミリ以下のとても小さなプラスチックのこと。
- 🐟 海に流れ出たプラスチックは、太陽の光や波でれっ化し細くなり、マイクロプラスチックとなります。
- 🐟 マイクロプラスチックは、分解されることなく世界中の海にただよひ続け、たまり続けています。
- 🐟 お台場のすなはまでも、マイクロプラスチックは見つかります。

きれいにみえる
お台場ですが...



貝のそばに
プラスチックがあるね！
鳥がまちがって
食べないかなあ？

プラスチックは
小さくなくても
無くならないんだね。



わたしたち、ひとりひとりにできること

- 🐟 使いすてプラスチックを減らしましょう！

例えば

レジ袋はやめてマイバッグを使いましょう！
ペットボトルはやめてマイボトルに変えましょう！
包そうはシンプルにしましょう！

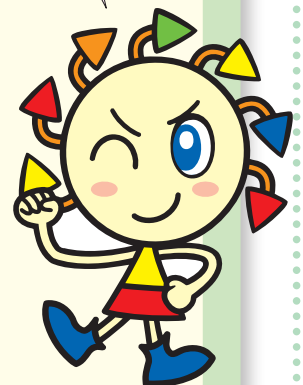


屋外で出たごみは
ポイすてせずに
家に持ち帰ろうね！

- 🐟 ポイすてはやめましょう！

海のプラスチックの多くは陸から流れ出たもの
です。

町にポイすてされたプラスチックごみは目の前
から無くなるだけで実際には街中の水路を通
して河川に入り、海に流れ出します。



ごみのダイエットにちょうせん!

いつも、みんながやっているものに○をつけてみよう。いくつ○ができるかな？
○の数の多さで、どれだけごみをダイエット（減量）しているかがわかります。

みんなで
やってみよう!



1
マイバッグを
持って買い物に
行っている。

2
食べ物は、
残さないように
している。

3
買い物のとき
いらないつつみ
紙や袋は
もらわない。

4
家族みんなで
ごみを減らす
工夫を
している。

5
再生紙など
リサイクル商品を
買うように
している。

6
おもちゃは
大切に使い、
こわれたら
なおして使う。

7
資源とごみの
ちがいを
説明できる。

8
資源とごみを、
それぞれ正しく
分けている。

9
びん、かん、
ペットボトルは
中身を洗ってから
回収に出している。

10
プラスチックは
汚れを落として
から、回収に
出している。

○の
数が

0~2個



うーん、このままの暮らしでは地球がかわいそう。
このパンフレットをよく読んでもっとがんばろう。

3~6個



まだまだできることがたくさんあるよ。
おうちの人といっしょに努力してみよう!

7~8個



なかなかがんばっているね。
ここまできたら、満点を目指そう!

9個以上



ごみダイエットの達人だね!
家族や友達にも教えてあげて、みんなでごみダイエットに挑戦しよう!

わたし

私たちにできることは、なに？

<おさらいコーナー>

「資源」と「ごみ」のちがいを覚えていますか？

「資源」と「ごみ」をしっかりと分けることによって、「資源」と「ごみ」の行く先も変わっていくことを学びました。



港区リデュースキャラクター
だんじろう (断辞郎)



港区リユースキャラクター
リユー助



港区リサイクルキャラクター
エコル

そもそも「どうしてごみを減らさないといけないの？」

このままでは天然資源が無くなってしまおうおそれがあるということ、ごみを埋めるための埋め立て処分場には限りがあること、私たちの未来に大きくかかわっているのですね。



では、ごみを減らすにはどうしたらよいか、ごみを減らす工夫について考えてみました。

身近で「私たちにできること」は？

まず、「3R」について勉強しました。

毎日の食卓から食品ロスの削減についても考えてみましたね。



身近な製品ペットボトルの行方を追って「水平リサイクル」について学びました。

使用済みペットボトルは正しく回収されれば、石油から作るプラスチック原料を新たに使わずに、もう一度新しくペットボトルを作ることができます。

港区では、集めたペットボトルは資源化センターに集められ、ここで、再生工場に引き渡す前の中間処理を行い、次のペットボトルに生まれ変わる準備をしています。

ペットボトルの中身をすいで、リサイクルしやすいように、ラベル・キャップ・ペットボトル本体をしっかりと分別することが大切なことでしたね。



さらに私たちは「海洋プラスチック問題」について考えてみました。

何が問題なのか現状を知ることから始め、私たち一人ひとりにできることはなにか？

例えば、ペットボトルのポイ捨てを無くすとその分海岸からペットボトルが無くなりませんか？



今、SDGs (エス・ディー・ジー・ズ) ってよく耳にしますね？ これは、私たち人類がこの地球で暮らし続けていくために2030年までに達成すべき目標のことで17の目標があります。食べ残しをしないこと、消費期限・賞味期限を守って食品を捨てないようにすることや、ペットボトル・キャップ・ラベルを分別すること、海洋プラスチック問題に気が付きポイ捨てを止める行動なども、地球を守るSDGsの目標達成につながっています。

私たち一人ひとりが自ら行動に移すことが大切だと学んだ今、これからもっと何ができるかな？ そして、17の目標のどれにかかわっているかみんなでお話し合ってみましょう！

私たち一人ひとりが自ら行動に移すことが大切だと学んだ今、これからもっと何ができるかな？ そして、17の目標のどれにかかわっているかみんなでお話し合ってみましょう！



「ごみを減らして資源を大切にしよう」

発行番号 2025192-5651

令和8年(2026年)3月発行

編集・発行 港区環境リサイクル支援部みなとリサイクル清掃事務所

〒108-0075 港区港南3-9-59 TEL03-3450-8025

<https://www.city.minato.tokyo.jp>

