

## 3きり運動

ごみの減量の取り組みの一つに、「3きり運動」があります。

## 【使いきり】

食材は必要な分だけ買い、正しく保存して無駄なく使いきりしましょう。

## 【食べきり】

料理をするときは必要な分だけ作るようにし、残さず食べきりましょう。

## 【水きり】

生ごみを出すときは、ごみの量を減らすために、水気をきりましょう。

インクカートリッジ  
里帰りプロジェクト

インクカートリッジの回収から再資源化までのリサイクル活動を推進する取り組み。(プリンターメーカー5社共同プロジェクト)



ホームページ

<http://www.inksatogaeri.jp/>



## 1 資源の有効利用のために—3R

## ① 3Rとは？

## ごみを減らすためのキーワード

リサイクルなどの取り組みを行うことは大切ですが、その量が大量になると、環境への負担が大きくなったり多くの経費が必要となったりしてしまいます。

このため、ごみを出す前の段階で、「元から断つ」ために次のような優先順位で、ごみ減量に取り組むことが大切です。

3Rとはごみを減らすためのキーワードとなる、“R”ではじまる3つの言葉です。

① **リデュース (REDUCE)** —— 発生抑制

ごみを減らすために最優先に考えるべき取り組みとして、いずれごみとなるものの発生を抑制することを「リデュース」といいます。

- (例) ● 買い物のときには、「買い物袋」を持参して、レジ袋をもらわないようにする。  
● 過剰な包装を断る。  
● 長寿命製品や修理が容易な製品など、ごみになりにくい製品を購入する。  
● 食べ残しをしないようにする。

② **リユース (REUSE)** —— 再使用

製品としてそのまま使用できるものは何度も使うことを「リユース」といいます。

- (例) ● ビールびん、一升びん等、洗って繰り返し使える「リターナブル容器」を選び、空きびんは店に引き取ってもらう。  
● シャンプーや洗剤などは、容器を再度利用できる、つめかえ商品を選ぶ。  
● 家庭で使わなくなった服や日用品などは、知り合いにゆずったり、ガレージセール（不要品交換会）に出す。

③ **リサイクル (RECYCLE)** —— 再生利用

分別排出をして、資源として利用することを「リサイクル」といいます。また、リサイクルの輪をつなげるためには、再生原料を使った再生品を選んで使うことも大切です。

- (例) ● 空き缶・空きびん・ペットボトルなどの資源ごみ収集や容器包装プラスチックの収集、乾電池・蛍光灯管などの拠点回収、スーパーマーケットでの食品トレーなどの店頭回収に協力する。  
● 新聞・雑誌・段ボールや不要になった服などは、地域の資源集団回収や古紙・衣類収集に出す。  
● 「エコマーク」や「グリーンマーク」などを目印に、再生品を選んで買う。



## 適正処理

最終的に発生するごみは、焼却工場などで適正処理します。その時に発生する「熱」を回収し、電気や温水等として利用することを「サーマルリサイクル」（「サーマル」は「熱」の意味）といえます。

## ② 大阪市が行うリデュースの例

## レジ袋削減協定

大阪市では、マイバッグの持参によるレジ袋の削減に取り組むため、スーパーマーケットやドラッグストア、市民団体とレジ袋削減協定を締結しています。レジ袋削減協定を結んだスーパーマーケット等は、マイバッグの常時携帯の呼びかけ等に取り組む、大阪市や市民団体等と一緒に啓発を行います。

## プラスチックごみを減らすために

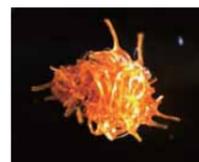
大量生産・大量消費・大量廃棄型の社会経済活動は、地球上の天然資源を枯渇させると懸念されています。また、生態系への危機を及ぼしたり、温室効果ガスの排出による地球温暖化など、様々な問題を引き起こしています。

近年、適正に処理されずに捨てられたプラスチックが、海や川へ流れ込み、丈夫な性質であるために自然界では分解されず、環境を汚染していることが、世界的に大きな問題となっています。

ごみを減らすためには、プラスチック製品（レジ袋やストローなど）をなるべく使わないよう心がけたり、「混ぜればごみ、分ければ資源」という意識を持ってごみの分別に取り組んだりすることが大切です。それにより、地球上の限りある天然資源の消費を抑え、環境への負荷をできる限り減らすことができます。



キンクロハジロ



キンクロハジロの体の中から出てきたマイクロプラスチックごみ(直径1.5mm)

マイバッグ、みんなは活用しているかな？

プラスチックごみゼロに  
向けた世界と大阪市の動き

海洋プラスチックごみによる海洋汚染は世界的な問題となっています。2019年6月に開催されたG20大阪サミットでは、海洋プラスチックごみ問題が主要な議題として話し合われ、海洋プラスチックごみによる新たな汚染を、2050年までにゼロにすることをめざす「大阪ブルー・オーシャン・ビジョン」が共有されました。

大阪も、2019年1月に大阪府と共同で「おおさかプラスチックごみゼロ宣言」を行い、プラスチックごみゼロに向けた取り組みを進めています。

## 食品ロスを減らすために

## 食品ロスとは

みなさんは、食べきれなかった料理や、まだ食べられる食べ物を捨ててしまいませんか？手つかずのまま捨てられる食品や食べ残しといった、無駄に捨てられる食品を「食品ロス」といいます。



ある地域で約160世帯の4日分のごみから出てきた手つかずの食品です。

## 世界の現状

世界で捨てられている食料は、年間約13億トン。これは、全世界で人の消費のために生産された食料の約3分の1にも及びます。

## 大阪市の現状

大阪市内では、年間約4万トン。これは毎日、ごみ収集車70台分もの食料を無駄に捨てていることとなります。市民1人あたりにすると、年間でごみ袋（45リットル）2袋分にも相当します。

食品ロスを減らすためには、私たち一人ひとりが「もったいない」という気持ちをもつことが大切です。私たちにできることを考えて、実際に取り組んでみましょう。

好き嫌いをくぐり食べることによって食べ残しもなくせるね！





大阪市と協働し、地域で  
ごみの減量・リサイクルを  
推進するリーダー。  
約4,000名の方々が活  
躍しています。

### ③ 大阪市が行うリユースの例

#### ガレージセール

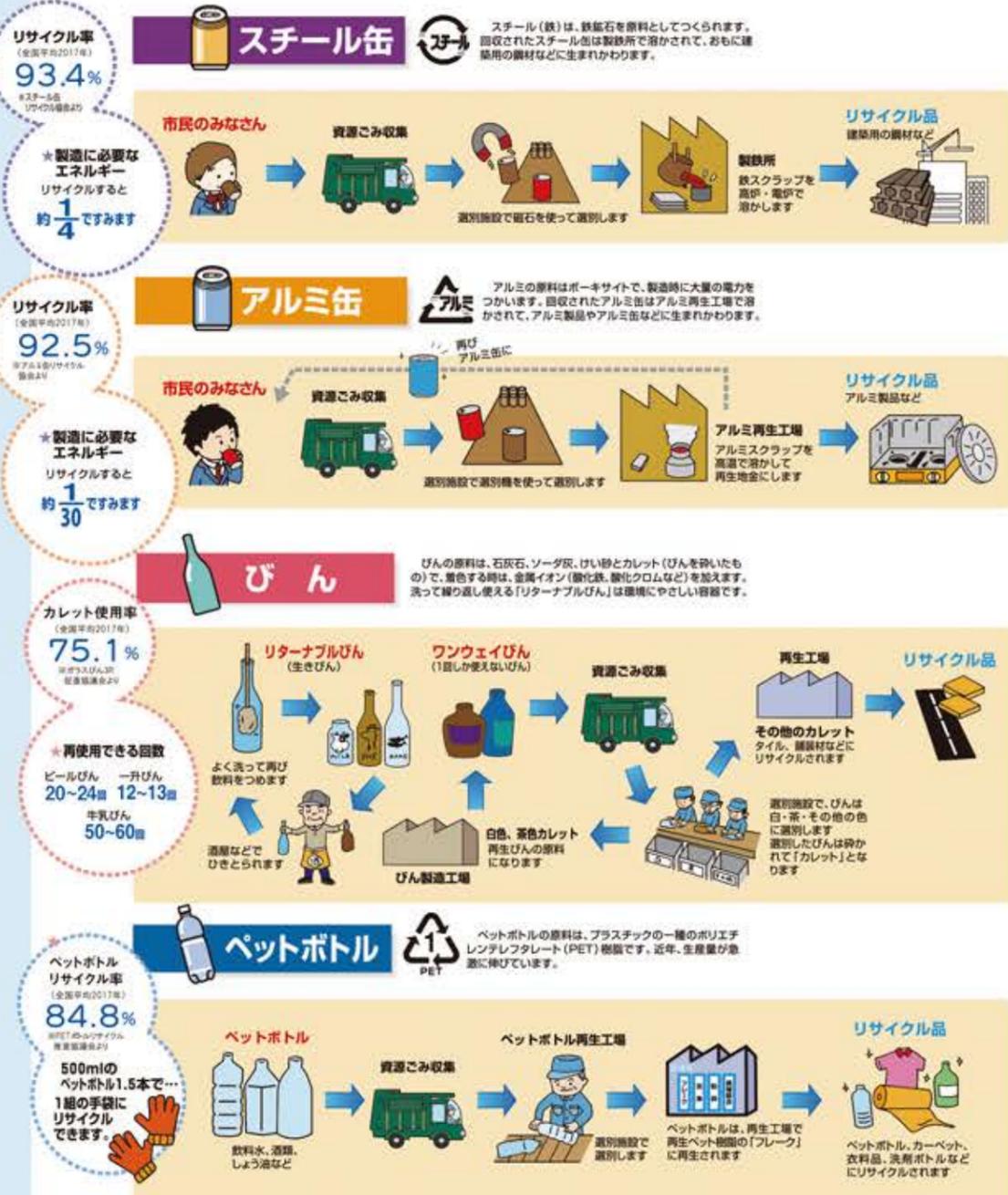
大阪市では、地域で活躍する廃棄物減量等推  
進員(愛称:ごみゼロリーダー)のみなさんと協力  
してガレージセールを開催しています。

いらなくなったものを捨てずに、必要とする  
人に譲ることで、リユースを実践できます。



ガレージセールの様子(大阪城公園)

### ④ リサイクルの流れ



### ⑤ 金属のリサイクル—小型家電の回収

携帯電話や携帯ゲーム機などの小型家電製品には、金や銀、レアメタルなど「有用金属」が含まれており、これらの「有用金属」を資源としてリサイクルする取り組みが進められています。

#### 「有用金属」はどんな製品に含まれているの？

携帯電話や携帯ゲーム機のような高性能の小型家電製品に多く含まれており、国では、携帯電話(スマートフォンなど)、デジタルカメラ、ICレコーダー、電子辞書などを回収対象品目としています。

これらの中には、回収が技術的に難しいものや、多くの費用がかかるものがあるため、全ての有用金属が回収できるものではありません。国では、今後とも技術開発を促進し、リサイクルを通じた有用金属確保に取り組むこととしています。

大阪市では、2014年3月から、区役所や環境事業センターなど市内41か所に回収ボックスを設置し、小型家電製品を回収しています。

#### 「都市鉱山からつくる!みんなのメダルプロジェクト」

大阪市は、東京2020組織委員会が取り組む、使用済みの小型家電からとりだした金属を再生利用して、東京オリンピック・パラリンピックの入賞メダルを作成するプロジェクトに参加しました。そして、組織委員会では、2017年4月から2019年3月までの2年間で、東京2020大会で必要となる約5,000個すべての入賞メダルを作成することができました。



有用金属とは  
鉄、銅、金、銀などの金属をいいます。  
レアメタルは、有用金属の中でもニッケル、マンガン、クロムなど、量が少なかったり、使えるようにするのにコストがかかる金属をいいます。

小型家電リサイクル法  
デジタルカメラやゲーム機などの使用済み小型電子機器のリサイクルを進めるため、2013年4月に施行されました。



使用済み小型家電回収ボックス

#### 都市鉱山

使用済み小型家電は、金・銀・銅などの貴金属やレアメタル(希少金属)が含まれていることから都市にある鉱山という意味で「都市鉱山」と呼ばれています。

### ⑥ 古紙・衣類のリユース・リサイクル

大阪市で焼却されるごみには、多くのリサイクル可能な紙・繊維類が含まれていたことから、これらの減量・リサイクルを促進するため、2013年10月から、家庭から出る古紙・衣類の分別収集を行っています。

収集された紙類は再び新聞や印刷用紙、ノート、段ボール、トイレットペーパーなどにリサイクルされます。衣類は、衣類買い取り業者に引き取られ、中古衣料として再使用(リユース)されたり、ウエス(工業用ぞうきん)にリサイクルされたりしています。



