

考えよう！ わたしたちのくらしと環境・エネルギー

～プラスチックごみ問題～



環境情報紙「エコチル」大阪版 令和6年度5月号表紙イラスト採用作品

企業のお仕事とSDGs

企業のみなさんの環境に関する取り組みを学んでみよう！



©2014 大阪府もずやん



2025年大阪・関西万博

未来のために、今できることを考えみよう！



©Expo 2025 大阪・関西万博公式キャラクター マクミヤク

① プラスチックごみによる環境問題



プラスチック製品は、安くて使いやすいためから急速に普及して、わたしたちの生活を便利にしてくれています。その一方で、近年、適正に処理されずに捨てられたプラスチックが、海や川へ流れこみ、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。一度海へ流れ出したプラスチックごみは、自然界ではなかなか分解されず、多くが数百年にわたり残り続けるといわれています。さらに、マイクロプラスチックになると、海中の有害物質を吸着しやすくなり、それをえさと間違えて食べてしまうことで、生物に影響をおよぼすおそれもあるのです。

大阪府内の海岸に流れ着いたごみ

ぎよもうから
漁網が絡まったウミガメ

写真出典：NOAA (National Oceanic and Atmospheric Administration) アメリカ海洋大気局

「マイクロプラスチック」ってなに？

海や川に捨てられたプラスチックごみが、太陽の熱や紫外線などのはたらきで割れて、ただけで5mmより小さくなつたものを、「マイクロプラスチック」といいます。洗濯機からの排水にも、合成繊維くずのポリエチレンなど、マイクロプラスチックのもととなる物質がふくまれています。

海や川の生き物はそれをえさと間違えて食べてしまうことがあります。さらに、食用にしている小魚の内臓をとおして、わたしたちの体内に入つくるおそれもあります。

しょうへんか
小片化したプラスチックごみ

写真出典：地方独立行政法人
大阪府立環境農林水産総合研究所

② プラスチックごみはどこから？



海のプラスチックごみは、直接海に捨てられたごみだけでなく、道路や街中などにポイ捨てされたごみが、雨や風で流されて、川から海へ運ばれて発生します。海のプラスチックごみの多くが、陸域由来と考えられています。

大阪湾では、プラスチックごみが漂流ごみの全体の約8割をしめており、レジ袋やペットボトル、食品包装材などの「使い捨てのプラスチック」が、そのうち約3割をしめています。



プラスチックごみが海に流れるまで

③ プラスチックごみを減らすために



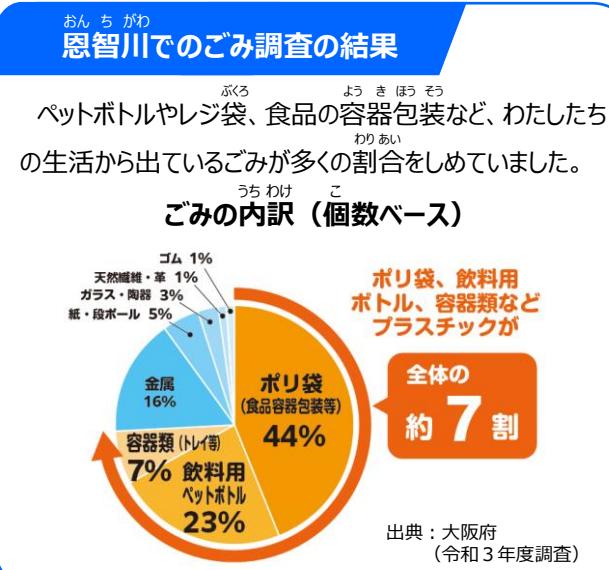
このような状況を踏まえ、世界中でプラスチックごみ問題に対する取り組みが行われています。みなさんも、プラスチックごみ問題について調べたり、学んだりして、一人ひとりにできることは何か、考えてみましょう。

世界の動き・大阪府の取り組み

かいさい
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による新たな汚染を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。

せんげん
大阪府では、2019年1月に大阪市と共同で「おおさかプラスチックごみゼロ宣言」を行い、海洋プラスチックごみの回収や漂着ごみ調査、啓発動画の作成など、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。

ち いき き ぎ よう
また、2024年4月からは、地域や企業などのみなさんと協力して、街・川・海にごみのないきれいな大阪をめざす「OSAKAごみゼロプロジェクト」に取り組んでいます。



動画で学ぼう！ わん かんきょう ほ ぜん 大阪湾の環境保全に関する動画 「ハッピー・オオサカ・ベイベース」

わん
海洋プラスチックごみ問題や今
日からできる取り組みなど、クイズ
を交えて楽しく・分かりやすく紹介
しています。



考えて
みよう！

▶ わたしたちにも身近な大阪湾にもプラスチックごみが流れこんでいますが、その量は1年間でどれくらいでしょうか？

1 牛乳パック 約10本分

2 ふろ はい
お風呂 約2杯分

3 トランク 約1台分

4 はい
小学校の25mプール 約3杯分

この問題の答えは
動画でも確認できます！

▶ ペットボトルが海に流れ出したとき、自然に分解されるまでに何年くらいかかると言われているでしょうか？

1 100年もかかるない

2 400年以上かかる



このままだと、いつか大阪湾もプラスチックごみでいっぱいになってしまうんじゃない！？



みんな考えるで！環境・エネルギークイズ

きれいな海を守るためにには、わたしたちの暮らしの中で、川や海に流出するごみを減らすことが大切です。プラスチックごみゼロに役立つ新しい技術について、クイズも交えて紹介しています。



くわしくはこちら

④ 調べてみよう！ごみの種類



身近な場所に、どんなごみが落ちているか、どんなごみが多いか、「ごみ調べカード」を使って調べてみましょう。また、ごみを減らすために、わたしたちにできることにはどんなことがあるか考えてみましょう。

ごみ拾いをしてみよう！

ごみ調べカードの使い方

- ① ごみ袋・軍手・火ばさみなどを準備し、ごみ拾いをしましょう。
- ② ごみ調べカードを使ってごみを分類し、それぞれのごみの個数を数えましょう。
- ③ 数えたごみの個数をカードに書きましょう。



ごみ拾い



ごみの分別



ごみ調べカードに書く

学校のまわりや、
歩道、公園、
海岸（砂浜）など、
身近なところで
ごみ拾いをしてみましょう！

飲料・食品の容器包装	個数	飲料・食品以外の容器包装	個数	その他	個数
1 飲料用ペットボトル本体		8 洗剤等のボトルや 錠剤のシート等		11 タバコの吸殻・ 包装	
2 ペットボトルキャップ ブルトップ		9 買い物レジ袋 小売店配布の袋		12 使い捨てライター	



くわしくはこちら

地域の清掃活動に参加してみよう！

大阪府ではいま、「OSAKAごみゼロプロジェクト」の一環として、街・川・海でのごみ拾いの促進のため、**清掃活動（愛称：ごみゼロアクション）**の活性化に取り組んでいます。

大阪府内では、街中や河川敷、海岸などで、さまざまな清掃活動が行われています。
積極的に参加してみましょう。



マイクロプラスチックで万華鏡を作ってみよう！

〈材料〉

- ・マイクロプラスチック
- ・ラップの芯（トイレットペーパーの芯でもOK）
- ・丸形クリアケース
- ・ミラーシート（100円ショップで買えます）
- ・黒い色画用紙
- ・セロハンテープ
- ・はさみ



かせんじき
海岸や河川敷で、
マイクロプラスチックを
拾い、きれいに洗って
クリアケースに入れる



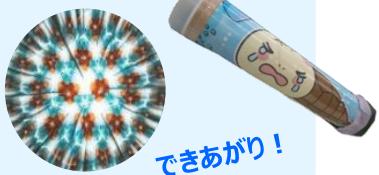
3枚のミラーシートを
三角になるように
テープでとめ、ラップの
芯の中に入れる



黒い画用紙の
中心を切りぬき、
ラップの芯の片方に
つける



マイクロプラスチックを
入れたクリアケースを
反対側につける



できあがり！

⑤ プラスチックごみを減らす工夫「[^]プラごみ“ほかさん”3か条」

プラスチックごみを減らすためには、ほかさん(捨てない)ようにすることが大切です。使い捨てプラスチック製品(レジ袋やストローなど)を使わないようにする、ごみの分別に取り組むなど、ふだんの生活で取り組めることはたくさんあります。できることからはじめ、プラスチックごみゼロをめざしましょう。

プラごみ“ほかさん” アクションbook

くわしくは
こちら




1 プラごみを減らせる商品やサービスを選ぼう！



2 今持っているものを長く大切に使おう！



③ リサイクルにつながる取り組みをしよう！



スリーアール おおさかプラスチックごみ3Rカードゲーム

スリーアール
生活の中でプラスチックごみが出る場面において、3Rの取り組みアイデアを考えながら、楽しく学ぶことができるカードゲームです。



スリーアール 3Rとは!?

R リデュース (ごみを減らす)

R リユース reuse (くり返し使う)

R リサイクル (資源として再利用する)

カードゲームのデータや

貸出しについてくわしくはこちら▶▶



Osakaほかさんマップ

マイボトルやマイ容器で商品を持ち帰ることができるお店・スポットを簡単に探せるウェブサイトです。マイボトルやマイ容器を使えるお店をさがしてみましょう！



くわくはてちら

海洋プラスチックごみ問題は対策をしないと どうなるの？[△]プラスチックごみを減らすため にどんなことができるだろう？



くわしく学べる
ほじよ
補助資料はてちら▶▶

プラスチックの旅

～プラスチックごみの行方を知ろう～



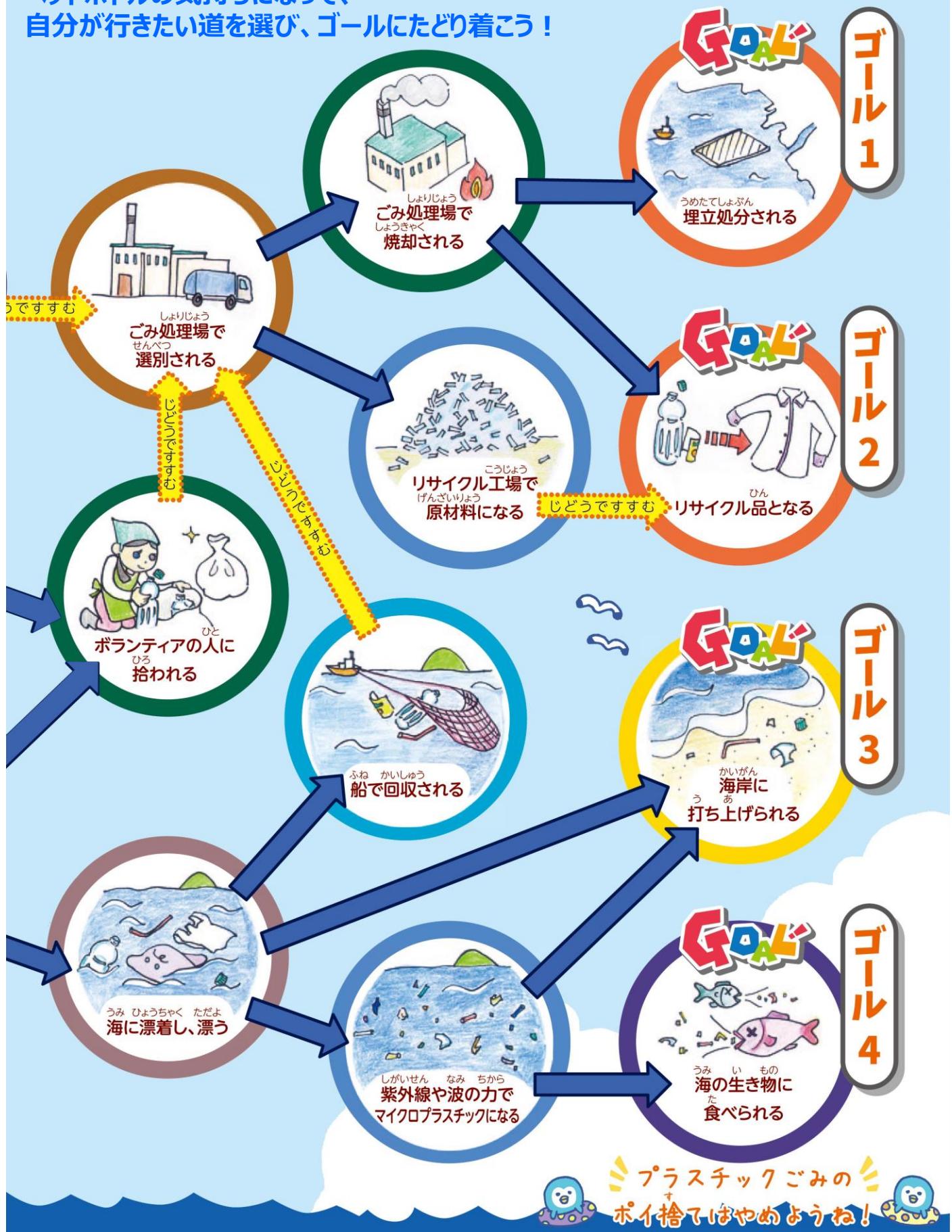
わんかんきょう
出典：大阪湾環境保全協議会

3ページのクイズの答え
④小学校の25mプール約3杯分
②400年以上かかる

【ゴール1・2】

ごみ箱に捨てられ、焼却されたごみは、埋立処分されたり、
リサイクル品として生まれ変わります。

ペットボトルの気持ちになって、自分が行きたい道を選び、ゴールにたどり着こう！



【ゴール3・4】

ポイ捨てされ、川から海に運ばれたごみは、海岸に打ち上げられて景観を損なったり、
マイクロプラスチックになることで海の生き物に影響をおよぼしたりします。

スチチ[®]は
リサイクルできる
大切な資源です。



まもるを、つくる。
川上産業株式会社
環境への取り組みを紹介しています



BRITA

あしたを変える水。
Turn on the taste.

詳しくはこちらから

QR code

SARAYA

大阪の海を守ろう。

プラスチック汚染防止、
大阪湾の
美味しい魚を食べよう。

BLUE OCEAN DOME

SARAYAはZERIジャパンが出展する「ブルーオーシャン・ドーム」へ協賛しています

ステハジ[®] PROJECT

こどものコエを大人のエコにつなげよう

コエエコ

“コエエコ”メッセージ

使い捨ては恥ずかしい

マイボトルへの給水が
新たな選択へ！

熱中症予防／プラスごみ削減

みんなが「SDGsこども先生」になって
大人たちに“使い捨ては恥ずかしい”を伝えよう
子供は毎日マイボトルを学校に持っていくのに、大人は持っていないのか？

OSGコーポレーションは「ステハジ」プロジェクトを通して、使い捨てに頼らない日常（未来）への啓発に取り組んでいます。

※ステハジHP

QR code

年 組

名前

発行：大阪府 環境農林水産部 脱炭素・エネルギー政策課（令和7年4月）

※この冊子は、大阪市環境副読本「おおさか環境科」から一部転載し作成しています。

