

考えよう！  
かん きょう  
 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編～



令和7年度おおさか環境デジタルメディア学生コンテスト 優秀賞

き ぎょう  
**企業のお仕事とSDGs**

かん きょう  
 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！

7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに	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	13 気候変動に 具体的な対策を
14 海の豊かさを 守ろう	15 陸の豊かさも 守ろう	17 パートナーシップで 目標を達成しよう	

くわしくはこちら



かん きょう  
**環境を守る大切さを学ぼう！**

 第45回 全国豊かな海づくり大会

令和8年11月14日・15日 大阪で初開催



©2014 大阪府もずやん

森・里・街・川・海のつな  
 がりを学んで、豊かな海  
かん きょう  
 や環境を守ろう！

くわしくはこちら



## 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、安くて使いやすいことから急激に普及して、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てしまうといわれています。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ります。

大阪府内の海岸に流れ着いたごみ



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はたらきで割れてくだけで5mmより小さくなったものを、「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ステルなど、マイクロプラスチックのもとに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ってくるおそれもあります。

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、そのうち食品包装材やレジ袋、ペットボトルなどの生活に身近なプラスチックが、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

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。

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。

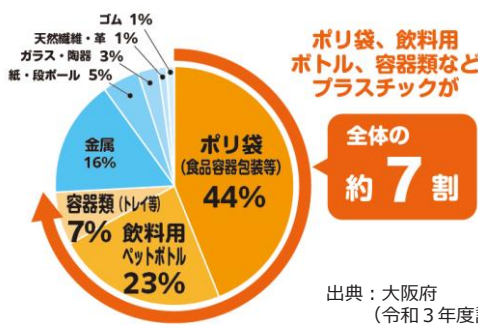
また、2024年4月からは、地域や企業などのみなさんと協力して、街・川・海にごみのないきれいな大阪をめざす「OSAKAごみゼロプロジェクト」に取り組んでいます。



#### 恩智川でのごみ調査の結果

レジ袋や食品の容器包装、飲料用ボトルなど、わたしたちの生活から出ているごみが多く割合を占めていました。

#### ごみの内訳（個数ベース）



#### 動画で学ぼう！ 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」

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。



くわしくはこちら



考えてみよう！

※答えは6ページ下

▶ 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 お風呂 約2杯分         |
| 3 トラック 約1台分   | 4 小学校の25mプール 約10杯分 |

▶ 海に流れ出したプラスチックごみは、そのあとどうなるでしょうか？

- |              |             |
|--------------|-------------|
| 1 すぐにとけてなくなる | 2 何百年も残り続ける |
|--------------|-------------|



このままだと、いつか大阪湾が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？

#### 動画 「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 プルトップ		9	買い物レジ袋 小売店配布の袋		12	使い捨てライター	

ごみ調べカードのプラスチックの分類



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。



### 知ってた？！ ペットボトルは生まれ変わって輝ける！

とても便利で、みなさんの暮らしにもよく登場するペットボトル。きちんとリサイクルすれば、大切な資源としていろいろなものに生まれ変わります。一人ひとりにできることからぜひ、取り組んでみましょう！

どうやって分別する？  
何に生まれ変わる？



#### くわしくチェック！ ペットボトルの分別方法

##### 1 キャップとラベルを取る。



★取ったキャップとラベルは「プラスチック」ごみです。

##### 2 ボトルの中を洗う。



★中身は空に！ごみなどの異物を入れないでください。

##### 3 横方向に平らにつぶす。



★ごみのかさが減って、運びやすくなります。

##### 4



ペットボトルの収集日に、ごみに出す。

★拠点回収などを行って  
いる地域もあります。

※地域によってルールがちがう場合があります。住んでいる市町村のルールを調べてみましょう。

#### リサイクルされたペットボトルは…



ペットボトル

衣類

食品用パウチ

たまごパック

出展：全国清涼飲料連合会

さまざまなものに生まれ変わります。大切な地球の資源をむだにしないように、リサイクルしましょう！

## ⑤ プラスチックごみを減らす工夫「プラごみ“ほかさ”3か条」

プラスチックごみを減らすためには、ほかさ(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” 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！

マイバッグや  
マイボトルなどを  
持ち歩く



ストローや  
スプーンなどを  
もらわない



プラスチック容器包装でない  
商品やサービスを選ぶ



### 2 今持っているものを長く大切に使う！

フリーマーケットや  
リユースショップを  
利用する



### 3 リサイクルにつながる取り組みをしよう！

ごみ出しの分別ルールを守る



### 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

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 educe (ごみを減らす)
- R** リユース euse (くり返し使う)
- R** リサイクル ecycle (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▶▶



### マップ マイボトルスポットMAP



外出先でもマイボトルなどが利用  
できる近くのお店を検索できるよ  
うに、「マイボトルスポットMAP」を  
掲載しています。

くわしくはこちら



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  
補助資料はこちら▶▶



みんなに身近な

# ペットボトルの旅

## ペットボトルリサイクルの行方を知ろう!

私たちの生活に身近なペットボトル。

みんなが飲んだ後、どうやってリサイクルされるのかな？

すぐろくで体験してみよう!

ゴール①②を目指して  
ペットボトルをリサイクルしよう!

これが正しい  
排出方法だよ!

- ・キャップを外す
- ・ラベルをはがす
- ・中身を空にする



自分が住んでいる  
市区町村のゴミ出し  
ルールを知っている

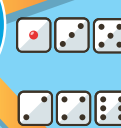
はい



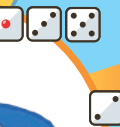
資源ゴミに  
出される



いいえ



もえるゴミとして  
出される



ポイ捨てされる



# START

スタート

## すぐろくの ルール

- ①コマをスタート位置に置き、じゃんけん(じゅんげん)で順番を決める。
- ②順番にサイコロを振り、出た目の方向に進む。
- ③止まったマスに指示があれば従う。
- ④ゴール: どんなゴールにたどりつくかな?

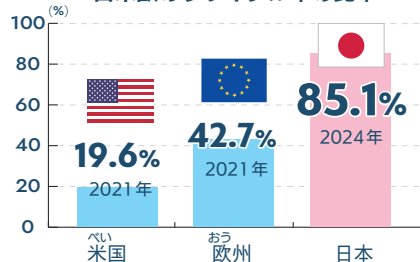


## 自販機横の箱は リサイクルボックスです!

「自販機横リサイクルボックス」は、自販機で売っている飲料の空容器(ペットボトル、缶、びん)を回収するために置いています。ただ、飲料容器以外のごみが約3~5割入っており、また飲み残しにも困っています。写真は投入口を下にして異物が入りづらい新型のリサイクルボックスです。



### 日米欧のリサイクル率の比率



【出所】 米国: NAPCOR、欧州: Wood Mackenzie 社  
【出典】 PET ボトルリサイクル推進協議会



## 日本では、ペットボトルを資源として大切にしているよ!

日本のペットボトルのリサイクル率は、世界でもトップクラスです! 回収したあとのペットボトルは、ペットボトルや衣類、食品のトレイなど様々なものに生まれ変わっています。ペットボトルが再びペットボトルになる「ボトルtoボトル」は、比率は現在37.7% (24年度)。地球をまったり、使えるものを大切にすることに役立っているよ。



一般社団法人  
全国清涼飲料連合会  
ホームページはこちら



この冊子の印刷に協力をいただいた企業のみなさま



大阪・関西万博 給水スポット

給水回数 12,065,111回

二酸化炭素 削減量 約 978,480 kg

マイボトルで給水。未来は、えらべる。

「ステハジ」Webサイト



「使い捨ては、恥ずかしい」 OSGコーポレーションは「ステハジ」プロジェクトを推進しています

ふちふちは  
リサイクルできる  
大切な資源です。



川上産業株式会社  
環境への取り組みを紹介しています



Drink better.  
Do better.



正しく 飲料用ペットボトルは... 何度も生まれ変わる!

排出すれば 資源に戻る!

ペットボトル

一般社団法人 全国清涼飲料連合会

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8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。

年 組 \_\_\_\_\_  
名前 \_\_\_\_\_



バイオマス  
使用部位：印刷インキ  
No.100014