

買い物から5R

「ごみ減量と環境配慮」の買い物ガイド

わたしたちの生活にかかせないスーパーやコンビニエンスストアには、数えきれないほどの商品がたくさん並んでいます。中でも多種多様な食品は、多くの食品ロスとなっています。また、便利なプラスチック製品は、スプーンやストロー、レジ袋などの使い捨てのものが、海洋汚染の原因にもなっています。

これらのごみの発生は、地球温暖化などの深刻な環境問題を引き起こしています。大切な環境を守り、美しい地球を次世代へと引き継いでいくためには、 ごみを減量し、資源を循環させ有効に活用する「循環型社会」が必要なのです。



意可能。 できることから…

「買い物」を見直すことからはじめてみましょう。 買い物をするときに、ごみを出さないように心がけ、 資源を有効利用した再生品や環境に配慮した製品を選 ぶことも、「循環型社会」への重要な第一歩になります。

この買い物ガイドでは、環境にやさしい買い物や、循環型社会実現への取り 組み方などをご紹介しています。

買い物ガイドを活用して、日ごろの買い物の内容を見直し、「ごみ減量と環境 に配慮した買い物」を心がけてみましょう。

~私たちひとり一人の行動が、地球を変える、未来をつくる~

作品型社会E3R

「循環型社会」とは、「ごみになるものは買わない」「繰り返し、大切に使う」「リサイクルして、資源として再利用する」「それでも出たごみは適正に処理する」ことで、モノが「環(わ)」のようにぐるぐると回っている社会のことをいいます。モノが循環することで、限りある資源を大切に使い、環境への負荷をできるかぎり少なくすることができます。

循環型社会を実現するためのキーワードが、「3R」です。

「3R」とは、「リデュース(Reduce:発生抑制)」「リユース(Reuse:再使用)」 「リサイクル(Recycle:再生利用)」のことをいいます。

[3R] 加号 [5R] ヘ

この3Rが、ごみを減らして環境を大切にする社会をつくるための基本的なキーワードですが、この3Rを一歩進めて、次の2つのR、「リフューズ(Refuse: 断る)」、「リペア(Repair: 直す、修理する)」を加えたものが「5R」です。

リサイクルの前に、リフューズ(Refuse)、リデュース(Reduce)、リユース(Reuse)、 リペア(Repair)の順番でごみを減らしていくことを考えてみましょう。

区民、事業者、行政が互いに協力して5Rの取り組みを進めていくことが大切です。 私たちにできることから、循環型社会の実現に向けた取り組みをはじめましょう!

江東区は
「ゼロカーボンシティ」
を目指しているよ!

ごみを減らして、
ニ酸化炭素をゼロにしよう!



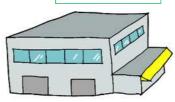


購入する



5 Rを心がけて 使用する







Refuse

ごみになる ものを断る



再生する

信号型社会のモノの流れ



Reduce

ごみをできるだけ 減らす

Reuce

そのままの形で 繰り返し大切に 使う







Recycle

正しく分別し 資源として 再び活用する



Repair

修理をして 繰り返し使う

「ごかはこと環境不成」の買り物3つの心得

買い物をするときには、5Rや環境のことを考え、製品を選択して買うことが大切です。 私たちが、こうした製品を積極的に求めていくことで、販売店や製造会社も、環境に 優しい品揃え、ものづくりをするように変わっていきます。これを「グリーン購入」 といいます。特に、次の3つのことを心がけましょう。

「ごみ減量と環境配慮」の買い物 3つの心得

- 1 買う前に ・・・本当に必要なものかよく考える
- 2 選ぶとき・・・環境を考えて作られたものを選ぶ
- 3 購入時に・・・使い終えた時、ごみが少なくなるようにする

買い物をする際にまず考えて欲しいのが、「ごみをつくらない」ことです。必要な量だけ買うことで無駄をなくす、詰め替え製品を利用する、いらない包装やレジ袋、使い捨てのスプーンや箸は断るなど、ごみになるものが発生しないようにしましょう。





SDGS它環境与ベル

環境破壊など地球規模の問題を解決するために国際目標が定められました。それがSDGs (持続可能な開発目標)です。

「環境ラベル」のついた再生品や環境に配慮した製品を積極的に利用することで、

【目標 12】「つくる責任 つかう責任」に取り組むことができます。

買い物をするときは、製品の表示をよく見て、環境ラベルのついたものを選びましょう。

和たちの身近にある環境ラベル

エコマーク



環境保全に役立つ と認められた商品 に表示されるマーク

問 (公財)日本環境協会エコマーク事務局

HP https://www.ecomark.jp/

再生紙使用マーク

再生紙の古紙 /配合事100%再生版を使用 パルプ配合率

を表示するマーク。数字は古紙パ ルプの配合率を示します。

問 3R 活動推進フォーラム事務局

HP http://3r-forum.jp/

PET ボトルリサイクル 推奨マーク



PET ボトル再生フ レーク、ペレット又

PETボトル はパウダーが 25% 再利用品 以上使用されている製品に表示 されるマーク

問 PET ボトルリサイクル推進協議会

HP http://www.petbottle-rec.gr.jp/

バイオマスマーク



生物由来の資源(バイ オマス)を利活用し、 品質および関連法規、

基準、規格等に合致している環境 商品に表示するマーク。含有率を 数字で示します。

問 (一社)日本有機資源協会

HP https://www.jora.jp/biomassmark/

牛乳パック再利用マーク



使用済み牛乳を再 利用した製品に表 示されるマーク

問 全国牛乳パックの再利用を 考える連絡会

HP http://www.packren.org/

グリーンマーク



古紙を一定以上の割 合原料に使用した紙 製品に表示されるマ

一ク

問 (公財)古紙再生促進センター

HP http://www.prpc.or.jp/

再生品や環境にやさしい製品を選び基準

買い物の際には、製品の表示をよく見て、環境ラベルのついた再生品や環境配 慮製品などを積極的に利用しましょう。

特に、次のことに気をつけましょう。

環境ラベル等の表示を確認する

「【私たちの身近にある環境ラベル】(P.5)」では、代表的な環境ラベルの例をご紹

介しています。買い物の際にマークを確認してみましょう。

その他にも色々な環境ラベルがありますので、環境ラベルによって 提供される情報を上手く活用しましょう。



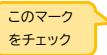
☆環境ラベル等データベース~環境物品を選ぶための情報ページ~(環境省)

http://www.env.go.jp/policy/hozen/green/ecolabel

トイレットペーパー・ティッシュペーパーなど衛生用紙を選ぶときは・・

【ポイント】原材料に古紙(再生紙)をどれだけ使用しているか。

- ① 再生紙 を使用している *1
- ② 古紙パルプ配合率 (または古紙配合率)*2が100%













- *1 衛生用紙は、一度使うとリサイクルすることができない使い捨ての紙なので、資源の有効利用を特に考えて紙パックや古紙を再生利用した製品を選びましょう
- *2「古紙パルプ配合率(または古紙配合率)」:原料に占める古紙の割合。数値が高いほど古紙の使用量が多い。

用紙類を選ぶときは・・

【ポイント】原材料に古紙(再生紙)をどれだけ使用しているか。

① 再生紙 を使用している

このマーク をチェック



② 古紙パルプ配合率(または古紙配合率)が70%以上

③ 白い紙の場合、白色度*1 が70%程度









*1「白色度」: パルプや紙の白さの度合いを表す指標。数値が高いほど白い。紙を白くする工程でより大きな環境負荷がかかる。

<例> ・再生紙を使用したノート、メモ用紙、印刷用紙など

文房具・事務用品を選ぶときは・・

【ポイント】原材料に再生資源を使用しているか。

ごみの発生抑制を考慮しているか。



- ① 再生資源を原材料にしている(再生紙、再生プラスチック、再生 PET 樹脂、バイオマスなど)
- ② 詰め替え方式、補充方式で容器や商品を繰り返し使うことができる

③ 包装が過剰でない













このマーク

をチェック

- **<例> ・**再生プラスチックを使用したペン、マーカー など
 - ・再生 PET 樹脂を使用した下敷、定規など
 - バイオマスを使用したのり、テープ など

台所用品・日用品を選ぶときは・・

【ポイント】原材料に再生資源を使用しているか。

ごみの発生抑制を考慮しているか。

水を汚さないなど、環境への影響に配慮しているか。

- ① 詰め替え方式、補充方式で容器や商品を繰り返し使うことができる
- ② 再生資源を原材料にしている(再生プラスチック、再生 PET 樹脂、バイオマスなど)
- ③ 廃油を利用した石鹸や洗剤など資源を有効利用している
- ④ 包装が過剰でない









このマーク をチェック

<例>

- 詰め替え式の洗剤、シャンプー など
- ・再生 PET 樹脂を使用したマイバッグ、うちわ、ちりとりなど
- ・廃油を利用した石鹸、洗剤 など
- ・バイオマスを使用したごみ袋、レジ袋など



バイオマス配合 率 25%以上の 袋は、

有料化の対象外

~レジ袋から使い捨てプラスチックの有料化へ~

レジ袋などのプラスチック製品が環境汚染の原因の一つとされています。

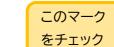
環境を守る第一歩として、2020年7月より、レジ袋が有料化され、マイバックが定着しました。 2022年4月~スプーンやストローなどの使い捨てプラスチックも有料化の方向です。

使い捨てとなるものは使わずに、環境にやさしい生活を心がけましょう。

繊維製品を選ぶときは・・

【ポイント】原材料に再生資源を使用しているか。

① 再生 PET 樹脂などの再生繊維や未利用繊維*1、バイオマスを使用している











*1末利用繊維: 紡績時に発生する単繊維や衣料等の製造時に発生する裁断くず、 廃品となった製品等を綿状に分解し再生したもの。

〈例〉 ・再生 PET 樹脂を使用した軍手、エプロン、洋服

・未利用繊維を使用したタオル など

・バイオマスを使用したロープ、生地 など

ごみ減量と環境配慮の買い物チェックリスト

あなたの買い物は、ごみを減量し、環境に配慮した買い物でしょうか? できることからはじめて、環境にやさしい買い物に努めましょう。

- □ 無駄なものを買わないように、計画的な買い物をしている
- □ リターナブルびんなど繰り返し使えるものを選ぶようにしている
- □ 詰め替え製品を使って、容器を有効利用している
- トイレットペーパーやティッシュペーパーは古紙パルプ配合率 100%の 再生品を使用している
- □ 製品の原材料の表示に注目し、再生品かどうかを確認している
- □ 環境ラベルなどをチェックして、環境に配慮した製品を選ぶようにしている
- □ なるべく包装の少ないもの、トレーに入っていないものを買っている
- □ 買い物に行くときはマイバックを持参し、レジ袋はできるだけ使用しない

どのくらいできたかな?

「ごみ減量と環境配慮」の買い物ガイド ~江東区再生品等利用ガイドライン~ 平成18年3月発行 令和4年3月改訂



編集発行 江東区環境清掃部清掃リサイクル課 江東区東陽4-11-28 電話(3647)9181