

洗濯用洗剤の使用をやめて、ネットにマグネシウムを入れて洗剤代わりにする

【アイデアのねらい・効果】

- マグネシウムと水を反応させると弱アルカリ性の水になります。弱アルカリ性は皮脂汚れを結び付けて洗濯をすることで、洗剤と同等の洗濯効果に加えて皮脂汚れを落としつつ洗濯機ごと綺麗になります。
- 1世帯が1回の液体洗剤に30mlを使い、年間360回洗濯をした場合、 $30\text{ml} \times 360\text{回} \Rightarrow 10800\text{ml}$
牛乳パック11本近くの洗濯用洗剤を流す必要が無くなり、洗剤容器のごみも無くなります。

※ 注意事項

- ・ 量の目安は洗濯物5キロに対し、100gのマグネシウムです。
- ・ マグネシウムは摩耗によって失われます。マグネシウムに酸化した膜が付いて洗浄効果が下がった場合、クエン酸につけておくと酸化した膜が失われて洗浄効果も戻ります。
- ・ 塩素系漂白剤等を入れてしまうと効果が無くなってしまいます。

ヒゲを永久脱毛する

【アイデアのねらい・効果】

- 冗談のようなアイデアですが、ヒゲを永久脱毛するとシェービングフォームや剃刀の使用が無くなります。
- 1人がシェービングフォームを3か月に1回交換した場合、年間で4本の容器が削減できます。
100人がヒゲを永久脱毛した場合40年間で、 $4\text{本} \times 40\text{年} \times 100\text{人} \Rightarrow 16000\text{本}$ 、1万人で160万本の容器の削減につながります。また、剃刀も同様に削減できます。

木場 K様からいただいたアイデア

**ごみ袋の代わりにトイレットペーパーやオムツが入っていた大きい袋を利用
食パンが入っていた袋は生ごみ入れに**

【アイデアのねらい・効果】

- レジ袋の使用頻度が減少し、捨てるだけだった袋の有効利用につながります。
- 食パンの袋はマチがあって丈夫なため、調理中の生ごみを入れるのに最適です。添付の封止めも口を止めるのに使えます。

買い物はこまめに（2～3日に1回）行く

【アイデアのねらい・効果】

- まとめ買いはせず、2～3日で食べることができる量の食材を購入します。こまめに買うことで冷蔵庫にすべての食材が保存できるため、食材を痛めることもなくなり（特に夏場）、食品ロスを防ぐことができます。

豆腐や味噌が入っていた容器は洗って再利用

【アイデアのねらい・効果】

- 食材をカットした時の一時的な入れ物にしたり、アクを取る入れ物に最適です。

東陽 T様からいただいたアイデア

トイレトペーパーやちり紙の代わりに布を使う

【アイデアのねらい・効果】

- 最初は汚いかなと抵抗がありますが、慣れると肌に優しく快適です。紙は添加物が含まれているものもあるため、肌に刺激となります。
- 身の回りの化学物質を減らすよう工夫をすると、自然とごみの削減や大気、環境汚染への配慮、健康に繋がると感じます。
- ラップの代わりにお鍋の蓋でカバーしたり、重曹やセスキ炭酸、塩やマグネシウムで洗濯や洗髪、お風呂、歯磨きをすると肌に優しく快適です。ドクダミやヨモギやびわの葉で湯治をしたり、食品の袋をごみ袋にしたり、できるだけお金をかけない工夫をしています。

亀戸 Y様からいただいたアイデア

着なくなった服は他の方にゆずるかリメイクする

【アイデアのねらい・効果】

- 不要なワンピースをウエスト部分で縫ってゴムを入れ、ロングスカートにリメイク。端切れは雑巾として使えます。
- 着なくなった服をそのままごみにしてしまうのではなく、着られる形によみがえらせて、端切れも利用します。不要な服が、着られるスカート&トイレ・洗面所の掃除シートになります。
- 着なくなった服を工夫することを考えると、古着はけっしてごみではなく、資源だ、という意識になります。

様からいただいたアイデア

今まで捨てていたものを最後まで大切に再利用

【アイデアのねらい・効果】

- どうせ捨ててしまうのなら最後まで地球の役に立ってもらいます。
 - ・食パンの入っていた袋や買い物時に肉のトレーなどを包む透明な袋をごみ袋として利用します。
 - ・水分の少ないごみはチラシや新聞紙で作った箱に入れてまとめます。
 - ・着なくなった服やボロ切れは小さく切って食器の汚れを拭けば水が汚れずに済みます

M様からいただいたアイデア

包装袋を生ごみ入れとして再利用

【アイデアのねらい・効果】

- お菓子、トイレトペーパー、食パンの袋などをごみ入れとして再利用。食パンの袋などはラップ代わりとしても使えます。
- レジ袋よりも厚手のため、生ごみ臭が軽減されます。
- 食パンの袋はマチがあるため、ラップ代わりになります。皿ごと包んで保存もできます。

T様からいただいたアイデア

使わなくなった水筒を食後の油分・液体調味料のストッカーとして利用

【アイデアのねらい・効果】

- ① 中身の見えない、口の大きい容器を用意する。容器にはステッカーなどでデコレーションして華やかに。
 - ② 食後の食器洗いの際、お皿についたタレなどをその中に入れる。
 - ③ 溜まったら土に還す。
- お皿についた廃液を紙や古布でふき取って捨てる方は多いと思いますが、量が多いとふき取るのが大変なので容器に移しています。化学物質ではないので養分として土に還ります。また、時短と水質保全につながります。

様からいただいたアイデア

ごみにする前に一度立ち止まってみましょう！

【アイデアのねらい・効果】

- ごみを必要に応じて解体する、つぶす、ばがす、きざむ等をすれば、ごみの嵩が減ります。
- 吸水性のある布類は大小適当に切り、油汚れなどを拭くためにストックします。
- 靴下なども加工してアームカバーにすれば、外出時のシミ防止に使えます。また、直接モノに触れる部分が少なくなり感染症などの対策になります。

門前仲町 M様からいただいたアイデア

リサイクルを想像して楽しく分別

【アイデアのねらい・効果】

- 以前、仕事でダウンを使用しないエコダウン（中綿）を扱っていましたが、その中綿はペットボトルからリサイクルされたダウン（動物）以上にあたたかいものでした。それ以来、ペットボトル他、リサイクルされる不用品（プラマークのついた食品袋など）もキレイに洗うようになりました。
もし、自分の服が食品や飲み物でベタベタではイヤですよ！そう思うと、ごみ出しの日も「燃やすごみ」以外のものは、何かに生まれ変わるんだ🎵と分別が楽しくなります。自分自身に関わることだと思えば、ごみ分別＝リサイクルは楽しくなります。
- 着られなくなった服やボロ布は捨てずにリボン状（ヒモ状）にカットして”布ぞうり”を作ってルームシューズにしています。サイズアウトしたデニムは、外用のビーサン変わりとして履けます！図書館に作り方の本があります。本もなるべく買わず、図書館を利用します。買って読まなければ古本屋さんを利用しています。

亀戸 S様からいただいたアイデア

プラごみを圧縮してから捨てる

【アイデアのねらい・効果】

- プラごみをそのままの形状で出すとかさばるため、最小化することで、以前は1週間に1袋だったごみ出しが2～3週間に1袋のごみ出しとなり、ごみ捨て用のレジ袋の枚数を削減できます。

森下 O様からいただいたアイデア

菓子折と包装紙を使ったポケットティッシュ入れ

【アイデアのねらい・効果】

- 菓子折はあまり大きくないし、包装紙も結構たまるので作ってみました。



大島 S様からいただいたアイデア

ペットボトルの容器を再利用

【アイデアのねらい・効果】

- ペットボトルを切り、切り口をテープで保護すると冷蔵庫の野菜の整理に使えます。

東砂 M様からいただいたアイデア

食品トレイをお店に戻して再利用（リユース）

【アイデアのねらい・効果】

- 発泡トレイをリサイクルするより、スーパーに戻し、消毒・洗浄してキレイに使えるまで再利用します。
- 持ってきた人にはキャッシュバックかポイントカードにポイントが貯まるようにすると利用する方が増えるのではと思います。
- リサイクルよりもコスト削減につながるし、お客様も大事に使う方が増え、ごみも減ると思います。

東陽 O様からいただいたアイデア

資源・ごみ分別アプリの機能拡充

【アイデアのねらい・効果】

- アプリの利便性を向上させることで幅広い層の利用につながるとともに、ごみの分別意識の向上につながります。
- 機能拡充の案
 - ・ スマホのカメラで撮影したごみの種別を自動で判定できるようにする。
 - ・ GPS機能を利用することによる初期設定の簡略化
- また、ごみダイエット家計簿をアプリに組み込むことで、データ化やごみ減量プランの提案が可能となります。
- たくさんの人にアプリを導入してもらうために、何らかのインセンティブ（例：アプリダウンロードでエコポイント付与など）も必要だと思います。