

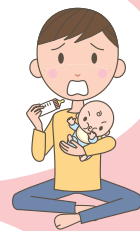
## 買う ものの選び方を変えてみる。マイバッグも忘れずに

- 野菜など地域の産品を買う「地産地消」
- 量り売りやプラスチック包装の少ない商品を積極的に購入する
- 長く使えるもの、修理できるもの、土に還るものを優先する
- 中古品も選択肢に



## 働く 仕事や家事をシェア

- 残業をなくし、男女問わず家事・育児・看護・介護などを担える時間を増やす



## 移動する

### 自家用車よりも…

- 使えるときは、公共交通機関や自転車、徒歩を選ぶ



# 私たちが身近にできること

SDGsの目標達成は、私たちの身近にある問題や課題を理解することから始まります。学校、家庭、職場のみんな考えて、可能な取り組みを行えば、大きな力になります。次世代へ豊かで平和な未来を渡していけるように、いつもの生活から変えてみませんか？

## つながる

### 心のバリアフリーの第一歩は相手を知ること

- 自分と違う人がいることを知って、他者への理解を深める

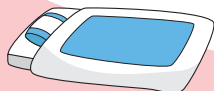
### 小さな社会参加をみんなで大切に

- 地域のイベントやお祭りに参加する
- 「おはよう」のあいさつを交わす
- 市内の団体に寄付する

## 使い切る

### それ、直して使えない？

- 布団の打ち直しや衣服の繕いなど、物を活かす昔からの知恵を大切に



### 自分には不要でもまだ使えるなら次の人へ

- 身近な人に「お下がり」
- フリーマーケット、フリマアプリも利用



### 使える素材はリサイクル

- 容器包装プラスチックはよく洗ってから回収日に廃棄
- 羽毛布団やダウンも羽毛のリサイクルへ



### 食品は食べきる！

- それでも生ごみが出してしまうならコンポストで堆肥化
- 堆肥が出ない生ごみ処理機も



※清瀬市では「生ごみ減量化処理機器の購入費助成金制度」があります。詳しくは清瀬市のホームページをご覧ください

## 編集委員の取り組み

### 食器洗いスポンジを天然ヘチマに

食器洗いのスポンジを天然ヘチマに変えてみました。スポンジ片が海に流れ、マイクロプラスチックとなって海を汚染すると知ったからです。大きめのヘチマは鍋やボールなど大きいものを洗うのに便利です。きめ細かな小さめのヘチマは食器やコップを洗うのに便利で、快適に使っています。



### サステナブルシーフード

サステナブルシーフードは、海の環境安全に配慮した水産物です。持続可能な漁業で獲られた水産物が「MSC」、責任ある養殖により生産された水産物が「ASC」認証のマークで表記されています。

海からの恵みを永くいただけるように、積極的に活用していきたいです。



### 電力を再生可能エネルギーに

地球の未来への投資と考え、再生可能エネルギーを含む供給会社に切り替えました。再生可能エネルギーとは『太陽光発電、風力発電、

バイオマス、水力発電、地熱発電』です。



2030年の世界地図帳  
落合陽一著/SBクリエイティブ

17の目標を「自分ごと」として向き合えるように、項目別に専門家との対談を交えて分かりやすく解説しています。



60分わかる!  
SDGs 超入門  
パウンド著/技術評論社

各テーマごとに見開き1ページでまとまっており、図表も多く読みやすいです。SDGsの入門書として手軽に読めるので、あらゆる方々にお勧めします。

### 本の紹介

★今号で紹介した本は、アイレックまたは清瀬市立図書館で借りることができます。