



# もくじ

はじめに	2
SDGsライフで知っておくべき世界でホットな2つのキーワード	3
【北区版SDGsライフ宣言】	4
地球環境への負荷を減らすライフスタイル	5
地域からライフスタイル転換を促すには	6
転換に向けた「5つのアクション」	7
アクションの展開&それを支える基盤	8
アクションを支える基盤づくり	9
取り組みのアイデア集	10
北区でローカルSDGsを実践している企業や団体	15
ひとり一人ができること：アイデア集	17
THINK GLOBALLY, ACT LOCALLY	19
おわりに	20
『北区版SDGsライフ宣言』起草市民会議	21
『北区版SDGsライフ宣言』起草市民会議・発起人会開催状況	22

# はじめに

2021年、第100回地域学習会「明日塾」の有志メンバー7人が、「地域から」行動する市民会議として、「『北区版SDGs ライフ宣言』起草市民会議」を立ち上げました。

ポストコロナや脱炭素社会に向かって、世界はグリーンリカバリー（＝緑の復興）（※1）やサーキュラーエコノミー（＝循環型経済）（※2）による、環境と経済の同時解決を目指しています。そのような社会経済情勢の変化を踏まえ、SDGs というグローバルな目標達成を目指し、北区における持続可能な暮らしを提案するために『北区版SDGs ライフ宣言』を取りまとめました。取りまとめに関しては、「この指とまれ」方式で多くの区民と議論を交わしながら課題や論点を整理しました。

# SDGsライフで知っておくべき 世界でホットな2つのキーワード

## ※1 グリーンリカバリー

コロナ禍からの経済復興策として、これまでの大量生産・大量消費・大量廃棄型の経済に復興するのではなく、この苦難を逆バネにして、脱炭素で循環型の社会を目指すための投資を行うことで復興しようという経済刺激策。

〈出典：NHK地球のミライ〉

## ※2 サーキュラーエコノミー

循環型経済（サーキュラーエコノミー）とは、従来の3R（リデュース・リユース・リサイクル）の取組みに加え、資源投入量・消費量を抑えつつ、ストックを有効活用しながら、サービス化等を通じて付加価値を生み出す経済活動。

〈出典：環境白書〉

# 持続可能な社会に向けたアクション —ライフスタイルの転換をめざす—

## 【北区版SDGs ライフ宣言】

わたしたちは、2050年のSDGs目標達成に向け、限りある地球資源を引き継いでいくため、地球環境の負荷を減らすライフスタイルへの転換をめざし、地域で行動していきます。

# 地球環境への負荷を減らす ライフスタイル

## ① シンプルなくらし

自然に負荷をかけない、食物連鎖や資源循環を基本にする、シェアリング(共有)、モノづくり(修理)の技をつなぐ、再生可能エネルギーを利用する。

## ② アール リデュース リユース リサイクル リバイ 〈3R : Reduce・Reuse・Recycle+「Re-buy」(※)〉

必要な量を必要なだけ買う、包装を断る、食品ロスを減らす、  
何度も使う、廃棄時は分別する。

※「Re-buy」：環境に配慮した製品(商品)を積極的に使う。

## ③ 環境に配慮した企業を応援する

環境に配慮したモノづくりや事業活動を行っている企業の製品等を買う、投資する。

# 地域から ライフスタイル転換を促すには・・・

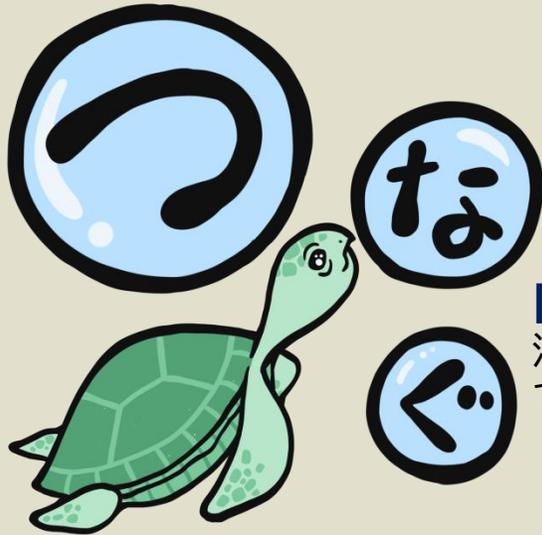


共感の輪を広げるとともに、人々が気づき、  
自主的に行動するための、教育・啓発活動が必要！！

そこで・・・

# 転換に向けた「5つのアクション」

地球環境への負荷を減らす  
ライフスタイル



**【つなぐ】** 人と人、分野の異なる活動、市民活動と行政、都市と農村、市民と企業などをつなぎ、さまざまな立場の人々を巻き込む。



**【考える】** 専門知を交えて理解を深め、地域でできることを考える。



**【つくる】** 実践に共感する仲間を募り、担い手を育む場をつくる。

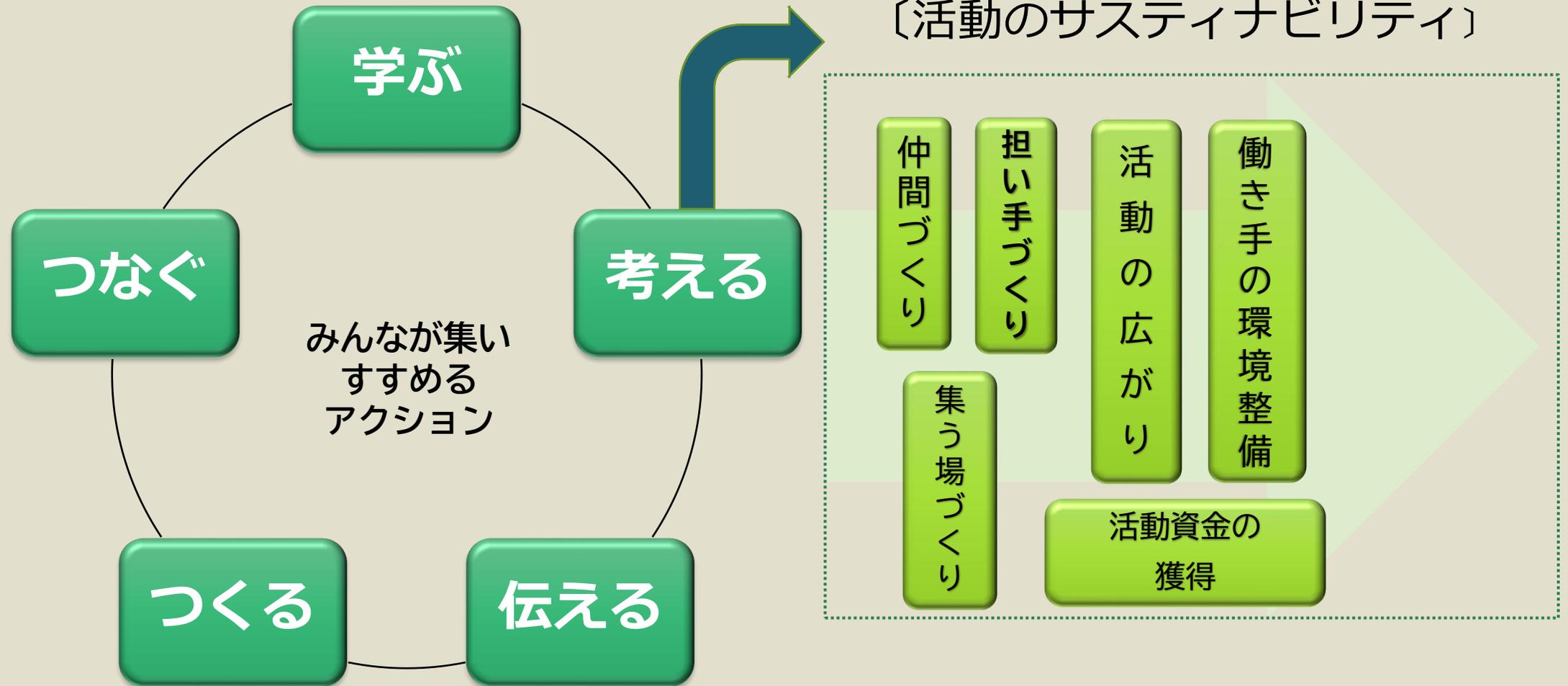


**【学ぶ】** 幅広い世代が暮らしと身近な環境問題を学ぶ機会を提供する。



**【伝える】** 情報を収集し、知識を蓄積して、広く共有する。

# アクションの展開 & それを支える基盤



# アクションを支える基盤づくり

## 〔活動を広げる段階〕

### 1) 仲間づくり・担い手づくり

活動に共感する仲間を広く募る

活動を担う人材の発掘、担い手づくりをコーディネートする

### 2) 集う場・活動の場づくり

みんなが集い、学ぶしかけをいろいろつくる

エコ広場（既存のリサイクル活動拠点施設）のように

誰もが利用できる拠点や空間をたくさん見つける

### 3) 活動資金の獲得

寄附金や助成金・補助金、クラウドファンディング等で資金を集める

\*\*\*\*\*

## 〔活動を持続させる段階〕

◆事業を担うコア人材を、賃金を伴う「働き手」とする

# 取組みのアイデア集（1）

- 暮らしと身近な環境問題を日常的に学べる場の提供
- 資源循環分野に関する環境学習の場を提供する
- 広報や発信の場
- 次代を担う若い人の意見を交えながら、しくみをつくる
- 「北区SDGs・ごみ・リサイクルの学校」で専門員（ボランティア）を養成する（子ども～大人）
- エコー広場館資料室の図書（4000タイトル：紙芝居、絵本、学習参考書、環境の本）を活用する
- 減プラスチック生活の情報を伝える
  - ・プラスチック包装を使用していない商店や量り売りの商店を紹介する
  - ・スーパーにプラスチック包装をしないように提案する
  - ・プラスチックを使わない方法を広める（例：イベントでのリユース食器の利用）
- 太陽光発電を普及させる

# 取組みのアイデア集（2）

- 将来ますます「個食化」が進む中でプラスチック容器を減らすことが課題になる・・出来合いのものでなく「食堂」での提供を増やしていく
- サステイナブルな商品を作っている企業の情報を伝える  
ユーザーが求める商品の情報を企業に提案する
- 幼少期からの環境教育
- 3Rから「4Rへ」：Rebuy意識を高める啓発活動（リサイクルされたものやリユース品を積極的に購入・利用する）より環境に配慮した製品を集めて展示する
- 学校給食牛乳パックを利用したオリジナルなトイレットペーパーを作成し、それを学校で利用する
- SDGs は様々な問題を同時に考えるもの。行政に縦割りを超えた専門の担当課をつくる
- 技をつなぐ

# 取組みのアイデア集（3）

- 不要なものと必要なものが交換できるようなシステム
- 終活とSDGsを結び付けて、モノや財産を次世代につなぐ
- 銭湯を中心としたまちづくり（銭湯はエネルギーをシェアできる施設）
- 農業（田植え・収穫等）の学習を地方で実地体験し、食の大切さや自然の連鎖の仕組みを体感できる教育を行う
- 食習慣を見直す（例：肉⇒大豆ミートの推奨）
- リサイクルの実践とくらしの応援がつながりあう取組みを楽しく学ぶ場をたくさんつくる

（取組みの案：食品ロスをなくすことと子ども食堂や生活支援のネットワークを拡げる、プラスチックごみの分別実践教室、食品ロスにつながる料理教室、脱プラスチックのために市民レベルでできる取り組みや行政への提案）

# 取組みのアイデア集（４）

- 北区の友好都市の群馬県中之条町は、自然が豊かで、再エネにも積極的です。市民レベルでも連携し、循環型のローカルアクションで協力できるといいのでは？
- こどもや若い世代の提案を受けて、取組むような企画や実践、居場所ができると面白い
- 廃プラスチックの分別、収集、選別過程を知り、学ぶツアー
- 必要な量、消費出来る量だけ買える仕組みづくり
- 学び得た知識を沢山の方に周知する仕組み
- 源泉はきれいな水なのに北区の荒川はとても汚いです。新河岸川から隅田川はもっと深刻です。せっかくリバーサイドが整備されたのにウォーキングしていると嫌な匂いがして残念です。この間は荒川にソファーが浮かんでいました。行政に働きかけて不法投棄の罰則を強化してはいかがかと思います。

# 取組みのアイデア集（5）

- リユース食器事業
- まちかど給水機の設置
- 生ごみ処理機キエーロの推進
- 生ごみを資源とし活かすコミュニティファームのモデル活動
- ごみの有料化に伴うゴミ袋を販売する時、リサイクルトイレットペーパーを無料で配布(生活困窮支援またはごみ有料化での家計負担を減らしたいかた向け)
- 学校制服のリサイクル
- さき布織のデザイン募集 → 東京家政大学と連携して展示や販売も
- アップサイクル品（※1）を制作し、販売する

（※1）アップサイクル(upcycling：創造的再利用)：リサイクルの価値を上げた製品にすること。付加価値の高いものに作り替えること

# 北区でローカルSDGsを実践している 企業や団体（1）

（市民会議メンバーからの紹介・コメント付き）

- **北区リサイクラー事業協同組合**：古紙のリサイクルをしている回収業者の集まり  
（地元の業者が回収することによって、CO2の削減や地元北区の緊縮財政にも貢献している）
- **駒込「たんぽぽ」古着屋**：洋服はほとんどリユースでまかなえる
- **スーパーマーケット「サミット」**：肉の発泡トレーを使用せず、ビニール袋で販売  
（ジッパー式の鶏肉等はそのまま調味料を入れて保存できる）
- **NPO法人北くるり協議会**：①ごみの分別サポート（より資源化してごみ減量）②粗大ごみの排出サポート（高齢者が安心して暮らせるサポート）③ゴミ屋敷の片づけの実績④幼稚園や町会・団体などと連携し古着や古布のリサイクルも実現  
（今まで分別されずにゴミにされていたものを分別し資源化に努めている）
- **OKストア**：お肉はジップ式で店頭に出している（企業側からそういう提案があるとい  
い）

# 北区でローカルSDGsを実践している 企業や団体（2）

（市民会議メンバーからの紹介・コメント付き）

- ・ **イトーヨーカ堂赤羽店 1階のお店**：ワインの量り売り
- ・ 個人商店のお豆腐（少し高価だけど、プラスチック容器は不要となるので一押し）
- ・ プラスチック包装が少ない八百屋が十条銀座にある
- ・ 味噌の量り売りの商店が十条にある

# ひとり一人ができること： アイデア集（1）

## 〔市民会議メンバーからの提案内容〕

- プラスチック包装の少ない商品を買おう！
- ペットボトルはできるだけ買わないようにしよう。マイボトルを持ち歩こう！
- エコバッグを持ち歩こう！
- 液体洗剤は使わず、粉洗剤を使おう！石けんを使おう！
- リユースガラス瓶を使おう！
- 洗濯ばさみは、金属製や木製などを使い、プラスチック製は使わない。
- ラップを使うのをやめよう。蜜蝋ラップは繰り返し使えます。
- プラスチックスポンジを使わず、セルローススポンジや、布たわし、椰子たわし、ヘチマを使おう！
- 使い捨てのプラスチックをもらう、買う、使うのをやめ、繰り返し使えるものを使う。
- 使い捨てもプラスチックは、ただでも「いらない」と言おう。リフューズ(refuse 断る)が大事。
- 洗濯機にフィルターを付けるか、マイクロファイバーを通さない目の細かい洗濯ネットに入れて洗う。

# ひとり一人ができること： アイデア集（２）

## 〔市民会議メンバーからの提案内容(つづき)〕

- 自分で容器を持って行き、総菜を入れてもらう。昔は鍋で豆腐を買いました。
- 停車中のアイドリングを止める。
- サステイナブルな商品開発をしている企業の製品を選ぶ。

# THINK GLOBALLY, ACT LOCALLY

## —地球規模で考え、身近な行動を！—

今回、宣言の起草にあたり副座長として参加させていただきました。私が、約27年前北区リサイクラー活動機構の活動に参加したのは、富士見橋エコー広場館を運営するにあたり、市民主体で運営しようと新しい機運が高まっている時でした。私は、若かった勢いもあり、わくわくしながら参加させていただきました。その経験が今の私につながっており、私の人生を形作る原点となりました。それから長い時を経て、再び市民による起草市民会議に参加できたことを心より嬉しく思います。

近年、環境に対する意識は向上したのか、と良く問われますが、社会の環境保全に対する重要度は増々大きくなっていることを痛感しています。脱炭素宣言やプラスチック新法等、社会をとりまく状況が変化し、環境抜きでは事業経営も難しい時代になっています。さらに、私たちを取り巻く社会の課題は山積し、行政の力だけでは全ての課題を支援することは難しくなっています。そこで、市民の参加やその力が大きく期待されています。環境省が毎年行っている「環境にやさしいライフスタイル実態調査」の結果を見ると、ごみの分別や省エネ、節水等、日常生活においてはほとんどの人が「日々行っている」と答えています。その反面、体験型の環境教育や学習会へ参加する、さらに実践につなげるという問に対しては、「行っている」と答えた人が10%程度しかいません。やはり行動へつながっていないことが明らかになっています。環境教育は、知識の習得ばかりでなく、どう行動につなげるのか、また自ら主体的に動く人をどう作るかが目標となっています。

THINK GLOBALLY, ACT LOCALLY(地球規模で考え、身近な行動を！)という言葉があります。地球規模の環境保全や持続可能性について、小さなことしかできない私たちは何ができるのだろうかという無力感を感じる方々もいるかもしれません。まずは、身近にできることから始めましょう。あなたが一歩を踏み出すことで、北区、そして社会がきっと変わります。未来は明るい！です。

起草市民会議副座長 秋元智子  
(一般社団法人地球温暖化防止全国ネットワーク常務理事)

## おわりに 今後の展開に向けて

2020年春以来のコロナ禍で、人々が対面で集うことにまだ躊躇いを覚えていた2021年6月6日、北区リサイクラー活動機構が主催した第100回明日塾に参加し、そこから『北区版ローカルSDGs宣言』起草の発起人となったメンバーの思いが、約9カ月の時を経て、こうして一つの形に仕上がりました。わずか数名のボランタリーなつながりで始まった『北区版SDGsライフ宣言』起草市民会議の活動が、コロナ禍にも関わらず、短期間で広く区民の皆さんに参加を呼びかけ、オンラインを併用しながら公開型の会議運営を行うことができたのは、北区に「エコ広場館」というリサイクル活動の拠点施設が存在していたこと、そして、その施設の運営を担う指定管理者の特定非営利活動法人北区リサイクラー活動機構という存在があったこと、この2つの条件に恵まれていたからです。30年間この地域で培われたリサイクル活動の土壌が、私たちのチャレンジングな取り組みを下支えしてくれました。北区リサイクラー活動機構の多大なるご協力に対し、ここで深甚なる感謝を申し上げます。

「2022年春に宣言を起草する」という目的のもとに集まった私たちの活動は、ここでいったん役割を終えます。しかし、この会議に参加した人々のつながり・ネットワークから、小さくても新たな活動が生み出されるでしょう。やりたい人が始めるといふ、市民活動のダイナミズムによって開かれる次のフェーズには、ここには記されていない人々の存在が欠かせません。『北区版SDGsライフ宣言』は、地球環境の負荷を減らすライフスタイル転換をめざし、地域で行動をすすめる際に役立つ、いわば「これからの市民活動の羅針盤」です。これに共感した人々が始める、また、地域にはすでに萌芽している活動もあるかもしれません。それら活動の芽を発見し、育みを見守り、応援しつつ、NPO・行政・企業のような立場を超えて協力し合える環境を耕していくことが、次のフェーズでは求められています。

最後になりますが、私たちはエコ広場館で開催した5回の起草市民会議の公開勉強会を通じて、人々が集い、語り合う場の必要性を再認識させられました。見知らぬ人々がSDGsをテーマに集まり、そこで互いの知恵を出し合う中から、それぞれの行動を後押しするきっかけが生まれることを体感しました。今後のエコ広場館でも、こうした交流の場・機会が広く展開され、開かれた空間で多様な意見を持つ人々が自由に交わり合いながら、互いに触発し合えるような事業が展開されることを願っています。「固定の提供者が来館者を迎える」型のサービス提供型施設スタイルから脱却し、来館者の誰もが次なる担い手へと転換しうるような空間の創出、コミュニケーションを図るしかけを意識していくことが、これからのリサイクル活動拠点施設運営には求められているのではないのでしょうか。そのヒントは、起草市民会議に参加した皆さんからの提案に詰め込まれているように、リサイクルという分野に固執せず、幅広く生活環境に関わる課題を捉え、扱っていくことにもありそうです。

2022年3月吉日

『北区版SDGsライフ宣言』起草市民会議発起人を代表して  
起草市民会議座長 谷本有美子

# 『北区版SDGsライフ宣言』起草市民会議

## 《発起人》

谷本 有美子（座長・法政大学社会学部社会政策科学科准教授）  
秋元 智子（副座長・一般社団法人地球温暖化防止全国ネットワーク常務理事）  
戸部 昇（北区リサイクラー活動機構理事）  
鰐淵 雄二郎（北区リサイクラー事業協同組合）  
尾関 和子（北区図書館を応援する仲間たちの会NPO法人アドリブ副理事長）  
古賀 由希子（グリーンリンク生活学校委員長）

ほか1名

## 《賛同者及び団体・順不同》

伊藤清武、菅野洋子、白岩志津子、大和田昌江、古田しのぶ、鰐淵綾子、阿部容子、清水孝彰、峯忍、辻田純一、山田嘉明、山崎たい子、永井朋子、岩崎好子、村上清子、今野昌良、近藤稔、眞庭成子、小笹悦子、阿部一男、鰐淵順一郎、後藤豊、小寺正明、橋本弥寿子、上野やす代、鈴木みゆき、井上ふみ子、矢吹静代、首藤隆利、佐川洋枝、早瀬可依子、浅井昌子、平松伊佐男、しげき、コウペン先生、北区市民発電所いいんかい、減らそうプラスチックの会、環境・国際研究会、株式会社橋本新企画、株式会社タイト微研、NPO法人アドリブ、NPO法人北区リサイクラー活動機構

ほか22名

## 『北区版SDGsライフ宣言』起草市民会議・発起人会 開催状況

回数	開催日	内 容	参加人数
1	令和3年9月10日	第1回発起人会	6人
2	令和3年9月24日	第2回発起人会	7人
3	令和3年10月22日	第3回発起人会	6人
4	令和3年11月21日	第1回オンライン公開勉強会：「脱炭素社会」で私たちのライフスタイルはどうなるの？	27人
5	令和3年11月21日	第4回発起人会	5人
6	令和3年12月5日	第2回オンライン公開勉強会：これ以上、ごみが減らせるの？～SDGs持続可能な社会をつくるために、考えよう～	24人
7	令和3年12月5日	第5回発起人会	6人
8	令和4年1月23日	第3回オンライン公開勉強会：「廃プラスチック」問題 QアンドA 「私たちはどうなるの？」	44人
9	令和4年1月23日	第6回発起人会	7人
10	令和4年2月23日	第4回オンライン公開勉強会：いよいよ『北区版SDGsライフ宣言』の素案を出そう！！	28人
11	令和4年2月23日	第7回発起人会	6人
12	令和4年3月13日	第5回オンライン公開勉強会：さあ、『北区版SDGsライフ宣言』を起草しよう！！	27人
13	令和4年3月13日	第8回発起人会	6人
オンライン公開勉強会 延べ参加人数：150人			

# 北区版SDGsライフ宣言

『北区版SDGsライフ宣言』起草市民会議  
(2022年3月13日)

編集・発行 『北区版SDGsライフ宣言』起草市民会議 ©  
イラスト画 鰐淵 綾子  
協力 NPO法人北区リサイクラー活動機構  
東京都北区田端5丁目16番1号  
電話：03-3824-3196 FAX：03-3821-2468