

# 7

# ごみを減らすための3つの「R」

ごみを減らすための3つの「R」であるReduce (リデュース・発生抑制)・Reuse (リユース・再使用)・Recycle (リサイクル・再生利用) を知っていますか。

この3つの「R」を知って、実践することでごみの減量につながっていきます。

なお、Recycle (リサイクル・再生利用) は、再生品にする時に多くのエネルギーを使用します。そのため、Reduce (リデュース・発生抑制)、Reuse (リユース・再使用) によりごみを減らして、ものを大事にしていくことが大切です。



## Reduce (リデュース) ごみを出さないようにする (発生抑制)

ごみを減らす一番大切な方法は、ごみを出さないこと。

ごみになるものを作らない、家に持ち込まないようにすることです。



## Reuse (リユース) 捨てずにくり返し使う (再使用)

ちょっと工夫するだけで、長く使えるものはたくさんあります。

ごみとして捨てずに、くり返して使うことが大切です。



# 知っておこう！リサイクルハウスかざぐるま

ちゅうおうく 中央区には、みんなの身近な場所みぢか ばしょでリユース活動かつどうができるように、「リサイクルハウスかざぐるま」という施設しせつがあります。

ざっか 雑貨や洋服などの展示てんじ



かざぐるま八丁堀 (京華スクエア内)



かざぐるま箱崎町



	はっちょうぼり 八丁堀	はこざきちよう 箱崎町
じゅうしょ 住所	ちゅうおうく はっちょうぼり 中央区八丁堀 3-17-9 きょうか 京華スクエア 3階	ちゅうおうく にほんばしはこざきちよう 中央区日本橋箱崎町 36-15
でんわ 電話	(6275) 2961	(3668) 5037
きゅうかんばん 休館日	まいしゅうげつようび しゅくじつ ねんまつねんし がつ にち がつ にち 毎週月曜日、祝日、年末年始 (12月28日～1月4日) たかんないせいりび その他館内整理日	

★家いえの中なかで使つかわなくななった雑ざっか貨かや着きられなくななった洋よう服ふくなどをほひとしい人ひとに  
ゆよずることができできる場ばしょ所ていきようを提供ていきようし、リユース活動かつどうを促そくしん進しんしています。





# Recycle (リサイクル) もう一度資源として使う (再生利用)

使い終わったものをもう一度資源として利用し、  
“再生品”にすることを「リサイクル」といいます。

ごみと資源を混ぜてしまうと、すべてがごみになってしまいます。  
新しく生まれ変わらせるために、きちんと分別して出すことが大切です。

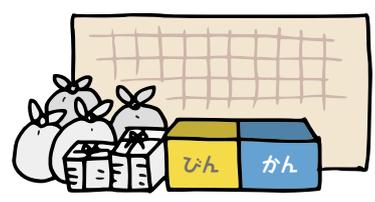
また、環境にやさしい“再生品”を進んで利用しましょう。



近年では陸から海に流れ出したプラスチックが地球規模で広がり、海を汚し、生態系に悪影響を与えています。そのためプラスチックの排出を抑えることや、再利用するなどの対策が世界的に行われています。みなさんも環境を守るため、リサイクルに積極的に取り組みましょう。

## 資源はどこへ持っていけばいいのでしょうか？

### 集積所回収 (しゅうせきじょかいしゅう)



決められた日時にごみの集積所に持っていく。

### 集団回収 (しゅうだんかいしゅう)



町会、自治会、PTAなどの団体で、決められた日時・場所に持っていく。

### 拠点回収 (きょてんかいしゅう)



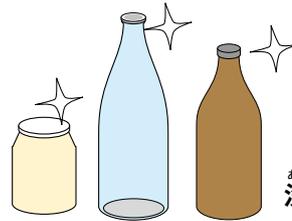
決められた日時に公共施設、区内小学校などに持っていく。

かいしゅう しげん う か  
●回収された資源は、さまざまなものに生まれ変わります。

★リターナブルびん※1



リターナブルびん※1  
使用推定量 (令和4年)  
1,146 百万本  
(ガラスびん3R促進協議会)



あら 洗ってくり返し使える

★ワンウェイびん※2



けしょうひん 化粧品  
びんやドリンク剤のびんなど

カレット利用率 (令和4年)  
74.3%  
(ガラスびん3R促進協議会)



タイル 道路の舗装 断熱材(P14※9)

★アルミ缶



アルミ缶の リサイクル率 93.9%  
CAN to CAN 70.9%  
(アルミ缶リサイクル協会)



アルミの原料 (ボーキサイト) からアルミを作るより、97%もエネルギーを節約!!



新しいアルミ缶

自動車のアルミホイール



アルミ缶 1個をリサイクルすれば 40W電球の約12時間の電気が節約できます

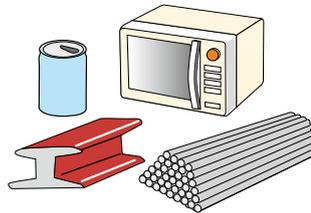
★スチール缶/金属製のなべ・やかん・フライパン



スチール缶の リサイクル率 (令和4年度)  
92.7%  
(スチール缶リサイクル協会)



鉄鉱石 (鉄の材料) から鉄を作るより、75%もエネルギーを節約!!



新しいスチール缶、家電、建物の鉄筋、鉄道など

★飲料用紙パック



(500mL 以上の紙パック)

古紙回収率 (令和4年度)  
80.3%  
(公益財団法人古紙再生促進センター)



※3

トイレトペーパー ティッシュペーパー

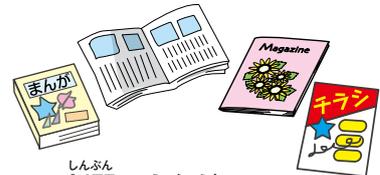


1Lの牛乳パック6パックでトイレトペーパーが1個できます。

★新聞



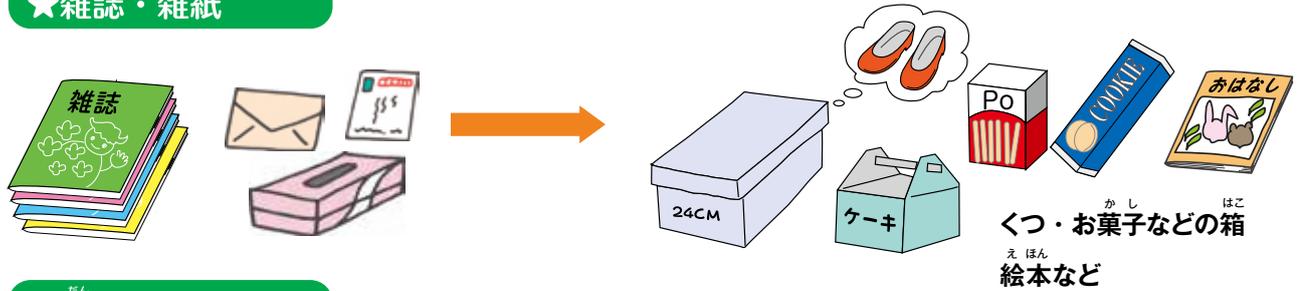
※4



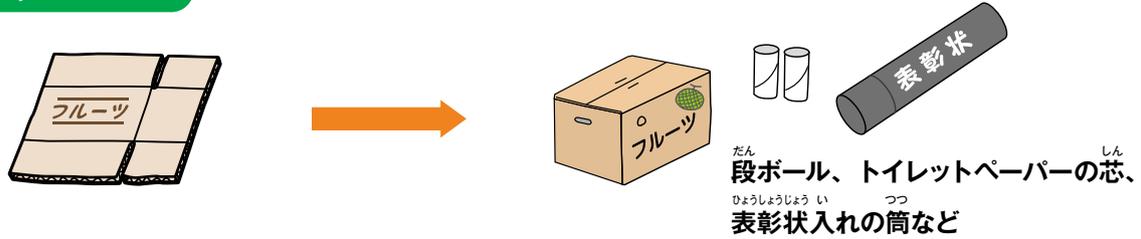
新聞、まんが、雑誌、チラシなど

※1 洗って繰り返し使えるびん ※2 一度しか使えないびん ※3 「牛乳パック再利用マーク」といい、牛乳パックをリサイクルした製品についています。  
※4 「グリーンマーク」といい、古紙をリサイクルした製品についています。

ざっし ざつがみ  
★雑誌・雑紙



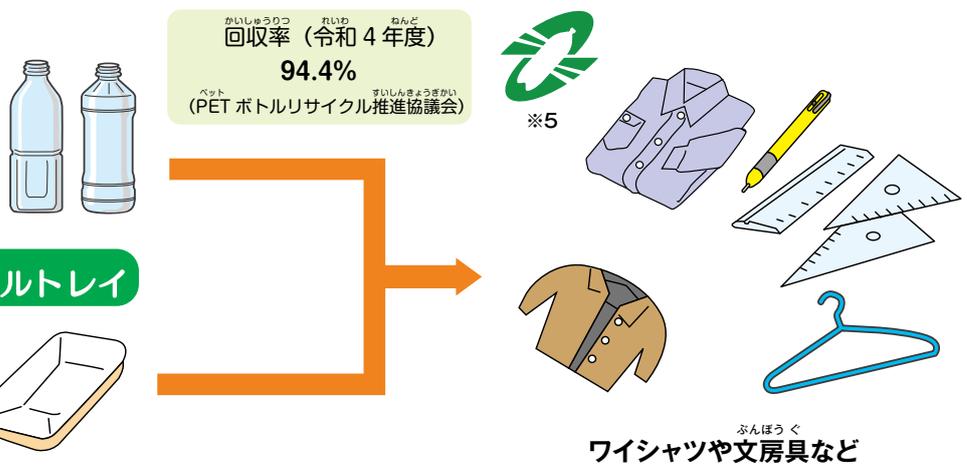
だん  
★段ボール



せいようさほうさう しゅうひん  
★プラスチック製容器包装 (プラマークのついている商品)



★ペットボトル



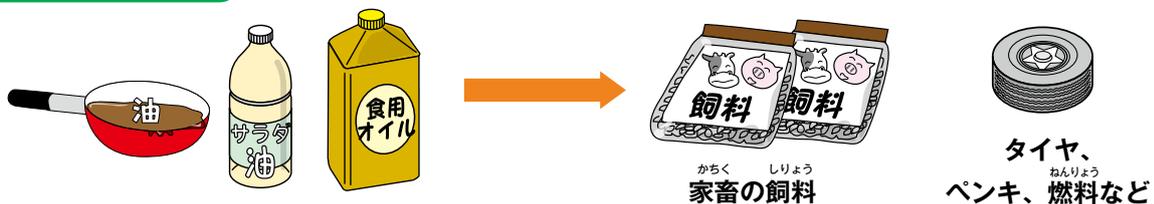
しょくひんようはっほう  
★食品用発泡スチロールトレイ



めのるい  
★布類

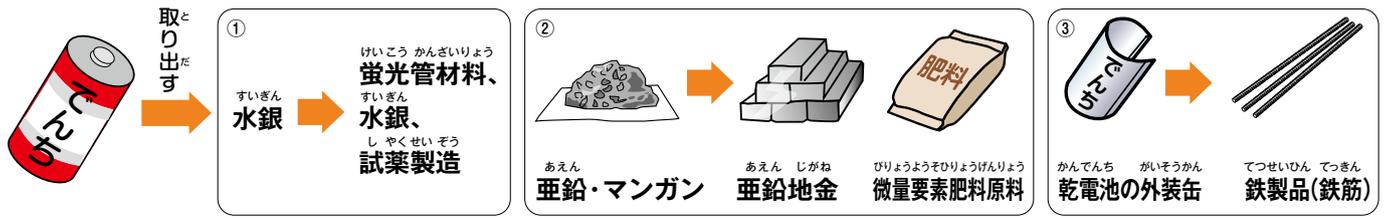


はいしょくようゆ  
★廃食用油



※5 「PET ボトルリサイクル推奨マーク」といい、ペットボトルをリサイクルした製品についています。

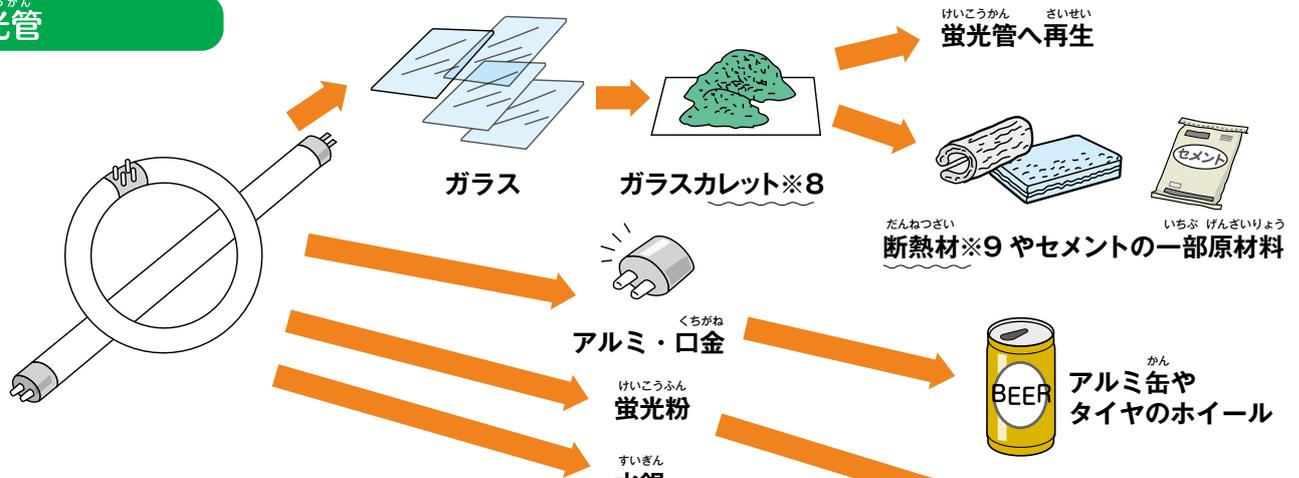
★電池（一次電池※6のリサイクル）



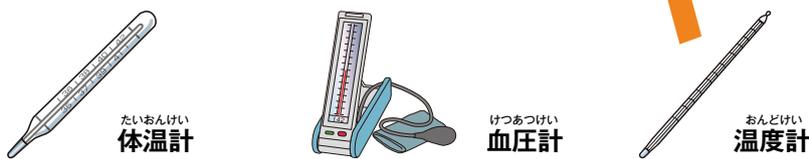
★充電式電池（二次電池※7のリサイクル）



★蛍光管



★体温計・血圧計・温度計（水銀式のもの）



★小型家電（回収箱の投入口（15cm×26cm）に入る大きさのもの）



あたらしいしげんをつか せいひんをつく  
新しい資源を使って製品を作るより、リサイクルした資源を使って製品を作る  
ほうが、エネルギーを削減できることは勉強しましたね。きちんと分別して  
リサイクルできれば、こんなにたくさんの製品をつくることができ  
ます。ほかにも環境にやさしい製品にエコマークが付いています。  
参考にしてくださいね。



※6 乾電池のように、1回使い終わったらもう使えない電池（例：アルカリ乾電池） ※7 何度も繰り返し充電して使える電池  
※8 砕いたガラスのこと。ガラスびんの原料となる。 ※9 住宅などに使われていて、熱をさえぎったり、温度を保ったりする役目をもっています。