

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル みんな幸せショートケーキ



活動実施日

20230826

目指すSDGsゴール

3 すべての人に健康と福祉を

解決したい地域の課題「現状」

友達とクリスマスパーティーをした際、ケーキを食べることになった。しかし食物アレルギーを持っている子がいたため、みんなで食べることができなかった。

目指す将来の姿「目標」

その時、みんなで楽しく食べられるケーキが欲しいと思った。食物アレルギーを持っているからといって我慢する人が減るように、コストを抑えて色々な店でノンアレルギーのケーキを売るようにしたい。

活動の内容

「みんなが」食べられて、食べると幸せな気持ちになれるショートケーキを作りたいと考えた。そのために、まずは一般的なショートケーキに使われる食材を調べた。すると、三大アレルギー食材である、鶏卵、乳、小麦が使われていることが分かった。小麦と乳はそれぞれ、米粉、豆乳で代用できると知っていたので使おうと思った。しかし卵の代用品は思い浮かばなかったのでインターネットで調べてみたら、豆腐でできることが分かった。

活動した成果・気づき

ショートケーキをノンアレルギーで作ろうと思うと、コストが高くなってしまふことから、色々なお店で買えるようにするのは難しいことがわかった。それでも作るのがとても難しいわけではないので、多少高くなってしまってもお店で売って欲しいと思った。アレルギーを持っているからと言って我慢をする人が少しでも減って欲しい。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

423とやま

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 海の生き物のすみかを守ろう



活動実施日

20230827

目指すSDGsゴール

14 海の豊かさを守ろう

解決したい地域の課題「現状」

海岸にある大量のゴミを回収したりゴミの発生量を減らしたりして、海洋生物の暮らす場を守ろうと思いました。そこで自分に出来ることは何か考えました。

目指す将来の姿「目標」

私が目指す将来の形は、市民全員が海を守ろうという意識を日常的に持つようになれば良いと思います。また海にきた人が自分のゴミは自分で持ち帰るようになれば良いと思います。

活動の内容

海洋汚染による海洋生物への被害を調べました。問題を解決するために自分に出来ることをしようと思い、海岸清掃を家族としました。そして、どうしたらゴミの発生量を減らすことが出来るか話し合いました。その結果、マイバックの使用や3Rを徹底的に取り組むことなど、身近なことをまずは意識しようと考えました。また、海岸清掃活動を定期的にする事で海岸を美しく保てるようにしたいと思いました。

活動した成果・気づき

海岸に行くとなんとにたくさんのゴミがあって驚きました。家族3人で数分ゴミ拾いをしただけで2リットルペットボトル4本分が入るポリ袋がいっぱいになりました。大きいゴミもあればマイクロプラスチックもあり、海洋生物が誤飲してしまい、私たち人間にもがいが及んでしまうのではないかなと思いました。1人で活動していても解決出来ないことだと思うので、みんなで生態系を守っていけたら良いなと思います。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

609カワノ

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 食品ロスを無くそう



活動実施日

20230820

目指すSDGsゴール

1 貧困をなくそう

解決したい地域の課題「現状」

賞味期限切れや傷んでしまって食品を捨ててしまう事がけっこうあった。

目指す将来の姿「目標」

捨てる食材を無くすことで食品ロスが減り飢餓で苦しむ人をゼロにすること

活動の内容

冷蔵庫は隙間を作れるように食品を買ってきすぎない事や賞味期限の近いものから使っていくことを意識しました。冷蔵庫がパンパンだと地球温暖化にも影響するから詰め込みすぎにも注意しました。そして食品ごとにまとめて取り出しやすいように意識しました。冷凍庫もチルド室も重なりが少しでも無くなるように整頓しました。

活動した成果・気づき

冷蔵庫内の食品を減らした事で食品に冷たさが行き渡りやすいと思うし電気代も安くなると思った。あと食品ごとにまとめたので冷蔵庫を開けてどこにあるか探す時間も減らせました。冷蔵庫の開け閉めの時間を減らせたので傷みにくくもなっただと思います。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 乾燥のちから



活動実施日

20230816

目指すSDGsゴール

13 気候変動に具体的な対策を

解決したい地域の課題「現状」

ゴミの量が多くゴミステーションの異臭が強いときがある。生ゴミがカラスに荒らされ道端にたくさんの生ゴミが落ちていたりする。

目指す将来の姿「目標」

ゴミを全て無くすことは難しいが、小さな袋1枚分で済むくらいの量にしていきたい。道路にゴミが落ちていたとしてもみんながすかさず拾える町。そのためにはゴミを減らすことが大切。

活動の内容

よくゴミステーションにある生ゴミをからすが荒らし、バナナの皮などが道に落ちていることがよくある。それを無くすためには生ゴミを小さく乾燥させることが必要だと思いました。

乾燥方法

- 1 生ゴミを紙に広げ包む
- 2 新聞紙の包みを風通しの良い容器に入れる。

活動した成果・気づき

少しだが、ゴミの水分量が減りゴミが少し減った気がする。減ったと言うよりは小さくなった。これなら機械を使った方がいいのだろうが少しはゴミを減らすことが出来たのでよかったです。簡単に出来る訳ではないし、多くの量を乾燥させるには場所を撮るのでもう少しいいやり方があるのかなと思いました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

中神

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 非常食で防災



活動実施日

20230826

目指すSDGsゴール

13 気候変動に具体的な対策を

解決したい地域の課題「現状」

学校などアンケートより台風などの災害の対策として非常食を用意していない人が少ない点

目指す将来の姿「目標」

台風などの気候変動による災害のために非常食など常に用意し使うときも美味しく食べることが出来る

活動の内容

パスタや米などは家にあるとし、トマト缶、サバ缶を買い、玉ねぎを用意し鍋に玉ねぎを入れ炒め、しんなりしてきたらトマト缶、サバ缶をいれて弱火で火を通し、その後、醤油やソースなどで味付けし30分置き、パスタソースを作りました
今回はパスタで食べましたが、カレールーを入れればサバカレーとしても食べれます

活動した成果・気づき

昔非常食を食べた時にあまり美味しくなく、それ以来苦手意識があったけど今回美味しく調理できて食べれたのでその苦手意識が無くなって良かったです

◆ニックネーム・グループ名（人数）

ぎだ239

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 食品ロスをなくしていこう。



活動実施日

20230821

目指すSDGsゴール

12 つくる責任つかう責任

解決したい地域の課題「現状」

日本では、年間約646万トンの食品ロスによる廃棄物が出ています。その内の約半分は家庭から出た食品ロスとなっています。だから、食品ロスに対する意識を今よりも高くして生活していけるようにする。

目指す将来の姿「目標」

野菜の皮を厚くむきすぎてしまう過剰除去や、食品の消費期限切れにより手つかずのまま捨ててしまう直接廃棄、食べ残しによって食品ロスにつながるから、これらを改善する。買い物も工夫して家庭での節約につながったり、焼却時のCO2排出量も減り、環境への影響も考慮出来るようになる。

活動の内容

買い物に行く前に冷蔵庫や食品庫の中にある食材を確認してスマホで写真を撮りました。そうすることで、必要なものを必要な分・食べ切れる量だけを買うことが出来ました。無駄づかいもしなくなるので節約にもなりました。すぐ使う食品は消費期限や賞味期限の短いものを選びました。そして、正しい方法で保存しました。なかなか食べない野菜の芯を使うレシピを調べて、廃棄する量を減らしました。

活動した成果・気づき

料理や食後の生ゴミの量が以前よりも減っていました。買い物のお会計でも、いつもよりも安くなっていました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

山本みか

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 海を守る取り組み



活動実施日

20230807

目指すSDGsゴール

14 海の豊かさを守ろう

解決したい地域の課題「現状」

海にプラスチックゴミが浮いている

目指す将来の姿「目標」

海の生き物が過ごしやすい海

活動の内容

プラスチックゴミを減らしたり分別したりポイ捨てをしない

活動した成果・気づき

思ったより一日でプラスチックゴミが出る

◆ニックネーム・グループ名（人数）

601あー

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 海と海の生き物達を守る



活動実施日

20230719

目指すSDGsゴール

14 海の豊かさを守ろう

解決したい地域の課題「現状」

私には調べ学習をしている時に、海のプラスチック量が、2050年までに魚の量を上回るという記事を見て個人でなにかできないかなと思いこの取り組みを行おうと思いました。

目指す将来の姿「目標」

SDGs14 海の豊かさを守ろうの活動を実践することで、海の環境をよりよくし、海の生き物だけでなく、全ての生き物にとって、より良い環境になり、より過ごしやすい社会を構築することが出来る環境にしたいです。

活動の内容

7月は主に、買い物に行く時に、必ずマイエコバックを持ち歩くことを行いました。毎回もらうのと比べてプラスチックごみの排出量がとても減ったのでよかったと思います。8月に入ってからは、海に行くことが沢山あったので、そのたび、自分の周りに落ちていたゴミや自分達が出してしまったゴミを集めて、もちかえる活動をしました。少しずつのことだけれど環境保全につながったと思うのでよかったです。

活動した成果・気づき

少しずつのことだけれど環境保全につながったと思うのでよかったです。今後もがんばりたいです。この活動を通して、改めてSDGsとは何か、どのようにSDGsの課題にとりくんでいけば良いかがよく分かったのでよかったです。今後もがんばっていきたいです。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

710るる

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル ごみゼロ豊橋を目指して！



活動実施日

20230818

目指すSDGsゴール

11 住み続けられるまちづくりを

解決したい地域の課題「現状」

廃棄物の処理には多くのエネルギーが必要で環境に負荷がかかってしまうから。

目指す将来の姿「目標」

いろいろなものがリサイクルされ、ごみをくくの方がごみの減量に取り組んだり、分別を心がけたり「ごみ」への意識がもっともっと高い町にしたい。なるべく出さない町にしたい。

活動の内容

親戚からいただいたアジとカサゴの骨を1口サイズにカットし、皮はウロコを取ったものをオープンに入れ、低温でじっくり焼き上げます。今回は小さいサイズの魚だったので頭もオープンと一緒に焼きました。味を一切つけていませんが魚の旨みがつまんでいて噛めば噛むほどおいしいです。人間も犬も食べることができます。

活動した成果・気づき

今回の活動の結果廃棄物は内蔵類だけに抑えることが出来ました。普通なら捨ててしまう部分も手を加えてリメイクをすれば食べられるところもあるので命のありがたみを感じ、これからも無駄なく食べていきたいと思っています。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

723svt

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 食べ物で困っている人を0に



活動実施日

20230809

目指すSDGsゴール

2 飢餓をゼロに

解決したい地域の課題「現状」

食べ残しゼロや、募金に対する呼びかけをもっとするべき。

目指す将来の姿「目標」

どんな人も、1人も飢餓で苦しむことのない世界にしていきたいし、みんな平等に食べ物を得ることができる、そんな未来にしたいです。全世界の人が貧困や飢餓についてよく理解して協力し合える将来になってほしいと思います。

活動の内容

1つ目は親戚の子に食べ残しによって起こる悪い影響について書かれた絵本を読んであげることです。2つ目は社会環境に配慮した原材料の調達が行われている製品を買うことです。「森永製菓」は廃棄物リサイクル率99.97%を達成しているので環境に優しくおすすめです。3つ目はレジ横にあるユニセフの募金箱にお金を寄付することです。

活動した成果・気づき

絵本を読んであげることで、毎回残ってしまう野菜を食べることができ、廃棄物ゼロに近づけたし、募金は一番の支援方法だと思うのでこれからも続けて支援しようと思いました。今自分にできることは何があるのかよく考えて生活していきたいと思いました。