

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 日本の文化の伝承



活動実施日

20230806

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」

地球温暖化での気温上昇。最近の若い世代の人があまり日本の文化に関心がないこと。そして、伝承していかないこと。使わなくなったものをリサイクルやリメイクしないでそのまま捨ててしまうこと。

目指す将来の姿「目標」

日本の文化を伝承し続けていける世の中にしたい。昔の知識で地球温暖化対策をして、快適に暮らせる街を作っていきたい。日本文化を目的に多くの外国人観光客が訪れるような日本にしたい。使わなくなった物を再利用することを心がける。

活動の内容

夏休みということで夏の伝統文化に注目した。実際夏休み中に京都と信州へ行き、日本の文化を体験した。京都も信州も昔ながらの町があり外国人観光客がたくさんいた。また昔ながらの暑さ対策も体験した。特に印象に残っているのは奈良井宿にあった水が流れている場所と浴衣です。水の方は名前が分からなかったけど水の音により涼しさが増した。浴衣は洋服より涼しいし、日本の魅力を外国人に知ってもらおう物の1つだと思った。

活動した成果・気づき

実際私の家ではスマホで水の音を流して涼しさを感じている。水の音以外にもたくさんの暑さ対策を今回の活動で知ることが出来た。これらのことを多くの人に知ってもらい実践してもらうことにより日本の文化も知ってもらえるし、地球温暖化対策も出来るんじゃないかなと思った。また日本の文化によって世界との繋がりができて欲しいと思った。また服などはリメイクできるものはリメイクして再利用することを心がけたい。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

5組15番

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 暮らしやすい世の中にするために



活動実施日

20230723

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」

地域というより世の中になってしまうが、電気と水のムダ遣いをなくして地球温暖化、ダムの水不足を解決したい。

目指す将来の姿「目標」

SDGsの6「安全な水とトイレを世界中に」7「エネルギーをみんなにそしてクリーンに」13「気候変動に具体的な対策を」の3つを達成して暮らしやすい世の中になると良いなと思う。

活動の内容

最初に自分の家の中の最もムダ遣いしているところを把握する。具体的にはエアコンの温度、コンセントのさしっぱなし、洗面所、リビング、玄関、お皿を洗う時や歯磨きの時の水の使い方などだった。1ヶ月間、家族にも呼びかけて意識してもらい（もちろん自分も）、1ヶ月後に継続されているのか、改善されているのかを確認してさらに直すべき所を見つける。

活動した成果・気づき

1ヶ月を通してもっと改善すべきだったところは、リビング、玄関の電気のつけっぱなし、歯を磨く時の水の出しっぱなしだった。自分や家族の意識がやる前より少し変わったような気がした。出来ていないところはあるけど、やらなければきつともっと意識しなかつたらうからやってよかったと思う。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

432星野かのん

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル

「水」について



活動実施日

20230822

目指すSDGsゴール

6 安全な水とトイレを世界中に

解決したい地域の課題「現状」

洗剤やシャンプーの使いすぎ、また、日常生活の中でついやってしまう水の無駄遣い。

目指す将来の姿「目標」

海の環境を守りながら、地球上の一人一人が最低限でも安全な水を使うことができる姿。

活動の内容

- ・地球上で人間が生活に使える水の量を調べる。
- ・日本人が生活の中で使う水の量、その中でも我が家が使う水の量を調べる。
- ・良い節水の方法を調べ、それによりどのくらい節水できるのか実践する。
- ・水質汚染を防ぐ身近な方法を調べ、実践する。

活動した成果・気づき

実践した方法と普段では、調べてみると倍ちかく水の量に差があった。体感ではあまりわからなかったが、数値にかなり差があったことに驚いた。また、シャンプーの使いすぎはよくないからと、石鹸で髪を洗うと髪がキシキシになった。SDGsは、無理のない範囲で取り組むことが大切だと思った。一人一人がちょっとしたことでも心掛けて生活すれば、環境問題は解決するのではないかと思った。これからも節水を続けたいと思った。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

714.K.A.S

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル ゴミやビニール袋を減らそう



活動実施日

20230810

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」

家の近くではマスク、ペットボトル、お菓子のゴミなどが捨てていることが多々あるので私だけではなく、周りの人が見て少し不愉快があるのが現状です。

目指す将来の姿「目標」

ビニール袋や、ペットボトルの使用料を減らして、魚や、ウミガメなどが怪我をしないようにしたり、ポイ捨てが減って、必要最低限なビニール袋やペットボトルですんで、綺麗に住みたいと思われるような地域にしたいです。

活動の内容

買い物に行く際にはマイバッグを持ち歩いて、自分のよく使うバックにも折りたたみ式のマイバッグを常に持参したり、忘れてしまったら、ダンボールやシールで済ませたりすることや、いらぬタオルを切ってちょっとした汚れを落とすのに使うとか、自動販売機やスーパーで飲み物を買わずに水筒を持っていくとか、もしペットボトルを買っても、ラベルとキャップ、本体を分別して、綺麗にしてからリサイクルに出す等をしました。

活動した成果・気づき

今まではビニール袋を使っていましたが、新しく買った大きなマイバッグでは、カゴにそのままセットできるので便利だったりとか、保冷機能が着いているのでビニール袋よりとても良かったです。ペットボトルも同様で、水筒は保冷機能が着いているのでペットボトルを買うよりも冷たくて美味しい状態が保たれていて、買うよりも全然いいなと思いました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

707さくら

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル おいしく楽しくアレンジレシピ



活動実施日

20230808

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」

解決したい地域の課題は「食品ロス」です。愛知県の2019から2021年度に実施された食品ロス実態把握調査から、年間2,316千トンの食品廃棄物が排出され、その内480千トンが食品ロスでした。

目指す将来の姿「目標」

期限が切れてしまう前に気づいて、そこにある食材を組み合わせ、工夫しておいしく、そして調理の過程も楽しめるレシピを考えることが目指す将来の姿です。そして、残念な最期を迎えてしまう食材を少しでも減らし、SDGsの目標にもあるようなつかう責任を果たしたいです。

活動の内容

まずは調査として家の食材チェックをしました。期限が切れてしまいそうな食材には、はちみつ、ちくわ…など様々なものがありました。原因は食材を奥にしまい忘れたり、食材を使い切ることができなかつたりする事だと考えました。なのでその食材達をおいしく楽しくアレンジする事を目標に調理しました。買いすぎて使いきれそうになかった紅生姜で紅生姜かき揚げや、期限が迫っていたはちみつではちみつレモングミなどを作りました。

活動した成果・気づき

活動した結果、活動にあたって巻き込んだ人は、私の家族です。毎度アレンジレシピで作った料理を食べて最後にレシピ判定をしてもらいました。その結果全てアレンジレシピ認定となりました。家族からは「また食べたい」、「またやろうかな」と肯定的な言葉を頂きました。よかったです。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

707さくら

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル おいしく楽しくアレンジレシピ



活動実施日

20230808

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」

解決したい地域の課題は「食品ロス」です。愛知県の2019から2021年度に実施された食品ロス実態把握調査から、年間2,316千トンの食品廃棄物が排出され、その内480千トンが食品ロスでした。

目指す将来の姿「目標」

期限が切れてしまう前に気づいて、そこにある食材を組み合わせ、工夫しておいしく、そして調理の過程も楽しめるレシピを考えることが目指す将来の姿です。そして、残念な最期を迎えてしまう食材を少しでも減らし、SDGsの目標にもあるようなつかう責任を果たしたいです。

活動の内容

まずは調査として家の食材チェックをしました。期限が切れてしまいそうな食材には、はちみつ、ちくわ…など様々なものがありました。原因は食材を奥にしまい忘れたり、食材を使い切ることができなかつたりする事だと考えました。なのでその食材達をおいしく楽しくアレンジする事を目標に調理しました。買いすぎて使いきれそうになかった紅生姜で紅生姜かき揚げや、期限が迫っていたはちみつではちみつレモングミなどを作りました。

活動した成果・気づき

活動した結果、活動にあたって巻き込んだ人は、私の家族です。毎度アレンジレシピで作った料理を食べて最後にレシピ判定をしてもらいました。その結果全てアレンジレシピ認定となりました。家族からは「また食べたい」、「またやろうかな」と肯定的な言葉を頂きました。よかったです。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

Kh 1308

1 人

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 家計の支出を抑えよう！



活動実施日

20230801

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」

近頃、様々な理由でいろいろなものの物価が上がっています。例えば卵や穀類、ガソリンなんかはその格好の例だと思います。それに伴って圧迫されていく家計を少しでもその負担を軽減したいと思いました。

目指す将来の姿「目標」

増大している家計の支出に対して理解を深め、実際に活動を行うことによって少しでもその影響を軽減すること。またそれによって浮いたお金を貯蓄などの別の用途に使用することができるようになることです。

活動の内容

まず家計の支出について調べました。そうすると食費の負担はかけいへの負担が大きいことがわかりました。よって、食費の支出を抑えるために、約1週間普通に買い物しながら改善点を見出していきました。その後改善ができると考えた点について、その改善点を踏まえて再び約1週間ほど買い物をしました。そうすると改善後に買った品の値段の合計金額は改善前と比較して安くなっていました。

活動した成果・気づき

今回は結果的に改善前から改善後はたやすくなっていったので良かったのではないかと思います。また1週間だけでは変化は微々たるものかもしれませんが、これを一ヶ月一年と継続するとだんだんと侮れない金額になっていくということに気がつきました。また家計の圧迫をより改善するには、食費以外の出費も見直す必要があることにも気がつきました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

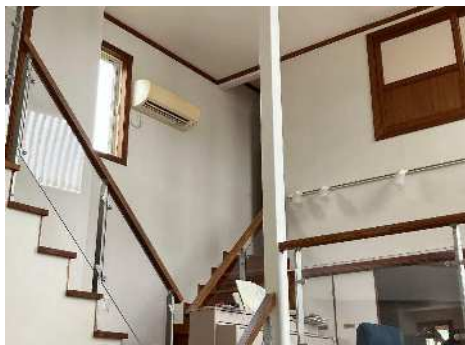
1619uka

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル ちょこっとだけ活動



活動実施日

20230719

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」

気候変動の原因でもある、CO2やエアコンのつけっぱなしによって地球が暖められてしまったりエンジンつけっぱなしによる車の排出ガスが多いことを解決したい。

目指す将来の姿「目標」

ちょこっとだけ活動をみんなで実践することで13から15番のような問題を解決できると思う。地球温暖化や気候変動を少しでも改善しようとするために地域の空気をきれいにしたり目標達成に近づくと考える。

活動の内容

主な活動としては制限すること。エアコンに温度や時間など制限をしたりした。また、エアコンは冷たい空気は下に行くという性質を使って上のエアコンから空気を流すことで涼しくするようにしたり、しきりを使って空間を狭くした。

車では、エンジンのつけっぱなしを防ぐために車に残るなど極力無くしたり、近くなり歩いていくなど工夫した。

活動した成果・気づき

ちょこっとだけ意識するだけで簡単なので継続しやすいし、少しまだいろんなことが工夫できると思いました。そして、エアコンやエンジンつけっぱなしなど制限したことが電気代やガソリン代の節約にも繋がっていいとおもった。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

410ぱらら

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 資源を有効に



活動実施日

20230827

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」

豊橋市はかつてリサイクル率が低い状態が続いていましたが、さまざまな取り組みによりこのような状況から脱却することができました。2030年度にはごみの再生利用率をさらに向上させることを目的としています。

目指す将来の姿「目標」

一人一人が環境問題を意識することで、二酸化炭素の排出量を減らし、地球温暖化を防ぐことです。より多くの人がリサイクルをし、ごみの量を減らしていくことで、埋立地が不足することも防ぐことができると考えます。

活動の内容

まずはじめに、クローゼットに眠っている、今着ていない、もしくは着れなくなった服を仕分け、ゴミ袋に入れました。次に、片付けの際に出た雑紙をいらぬ紙袋に入れました。ダンボールはビニール紐で何枚か束ねました。最後に、それらを車に乗せ、近郊のリサイクルセンターまで運び、分別して出しました。そこで、施設の方にお話を伺ったり、許可をとって写真を撮ったりしました。

活動した成果・気づき

施設の方のお話によると、豊橋のリサイクルセンターは他の地域や県と比べて分別が細かくわかりやすいということがわかりました。このことから、初めてリサイクルをしに来た方でも安心して出すことができ、業者の方も分別の手間が省けると思いました。私は片付けをするときによく、まだ使えるけれど必要のない物の処分に困っていましたが、今回の活動によりそれらをリサイクルするという新たな選択肢に気づくことができました。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル SDGsを考えた無駄のない食事作り！！



活動実施日

20230821

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」

食材の無駄を減らして、各家庭から出る食品ロスを少なくしていくことと、地元の食材を使って地産地消をすること。

目指す将来の姿「目標」

日々の食品ロスが今の半分以下になっていて、地元の小中学校の給食にもSDGsが考えられたメニューが出ていること。また、世界には毎食お腹いっぱい食べることが出来ない人もいるということを知り、食のありがたさに感謝して一人ひとりが食事を大切にできるようになっていた。

活動の内容

食品ロスを減らすことができるようにするため、家にあるものだけでおやつを作りました。家にはさつまいもがあったので、できるだけ少ない材料で無駄のない作り方を考えました。皮をむいたさつまいもでスイートポテトを作り、その皮で皮チップスを作りました。甘さと食感のプラスとして飴でコーティングするという工夫をしました。余った飴は皮チップスの材料として使い、何も残さず無駄なく作ることが出来ました。

活動した成果・気づき

いつもは捨ててしまう皮を工夫して料理にすることによって生ゴミが減り、食品ロス削減にもなるのでいいと思いました。食品ロス削減に繋がり、皮も美味しく食べることができるならいいと思い、活動外でも人参の皮できんぴらを作ったりしました。家族にも褒められたのでこれからも食べられるのに捨ててしまう部分などの工夫をしてレシピを増やしていきたいです。