

◆ニックネーム・グループ名（人数）

なー

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 非常食をフードロスにしないために

**活動の動機** 気づいたら、非常食が賞味期限切れになってしまっていたことがありました。期限が切れる前に消費して、少しでもフードロスを減らしたいと思ったからです。



**活動実施日**

20220811

**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

地域の環境のためにも、「ローリングストック法」を使い、家庭や個人でのフードロスを少しでも減らします。綺麗な街を目指します。

### 目指す将来の姿

災害用のストックを普段の食事に取り入れ、食べた分だけ補充することで、気づいたら賞味期限が切れてしまっていたということを無くします。また、この「ローリングストック法」で、定期的に防災について考えることができると思いました。

### 活動の内容

災害用のストックと非常用持ち出し袋の非常食、日常で使う食品や調味料のストックを確認しました。期限が迫っていたものを母と食べて、同じ分補充しました。食品を入れ替えるタイミングを家族で話し合っ決めてきました。忘れないように、賞味期間をメモした紙を冷蔵庫に貼りました。フードロスを減らすために、他にも改善出来ることを考えたいと思います。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

ここここっこ

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 無理なく続けられるSDGs

### 活動の動機

限りある資源の中、ペットボトルは何度も生まれ変わる資源。サントリーさんの「BtoB」技術、2030年までにペットボトル100%サステナブル化を目指す新たな目標を知り「使う責任」で取り組みたいから



### 活動実施日

20220801

### 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

このリサイクルには分別が最重要なのにゴミ出しの時ペットボトルの出し方を見て皆がバラバラだったので社会全体で少しずつでも参加してもらえるようにまずは各家庭から協力できる社会にしたい。

### 目指す将来の姿

このリサイクルにはペットボトルの分別が最重要なので社会全体で少しずつでも参加してもらえるようにまずは皆自分の家から協力して、社会に広がり、ペットボトルは100%リサイクルを達成し、12番の「使う責任」を果たすことがグローバルで出来ている姿。

### 活動の内容

自分の家での活動は分別の際、キャップ用・ボトル用・ラベル用の袋を1か所にまとめて用意する。ボトルは潰すことで袋の使用枚数を減らせる。分別は 1.キャップを外す 2.ラベルをはがす 3.(できれば)軽くすすぐ(難しいければ)飲み切る 4.潰す 5.分別という流れで行う。外で飲む場合は(自動販売機など)しっかり飲み切り、キャップを外して捨てる。出来れば、持ち帰って自分家で分別して捨てる。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

すずき

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル エコ活動

### 活動の動機

海にプラスチックゴミが流出し、生物に影響を及ぼしているというニュースをテレビで知ったからです。人間の行動が海の環境を壊しているという事実、生物に対する申し訳なさを感じたので活動しようと思いました。



### 活動実施日

20220826

### 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

日本から発生したプラスチックゴミが毎年、海に2~6万トン流出していると推計されています。このことから海に生息する生物に悪影響を及ぼしたり、景観が損なわれたりすることです。

### 目指す将来の姿

魚やサンゴ礁が多く生息し、きれいな景観を維持できる海です。そのためにはまず第一にプラスチックゴミを削減し、海をきれいな状態に保つことのできる環境にすることです。

### 活動の内容

常にマイバッグを持ち歩き、お店でビニール袋を買わないようにしました。また、遠出する際には家から水筒を持っていくことで、出かけた先でペットボトルを買わずに済み、プラスチックゴミの削減に繋がったと思います。最近では、紙のストローで飲料を提供しているお店もあるので、そのお店を利用するようになり、森林認証を受けた紙を使用したトレーが使われている商品を選んで買ったりしました。

◆ニックネーム・グループ名 (人数)

愛甲さくら

( 1人 )

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 誰もが住みやすい環境に！

### 活動の動機

私は、家の周りに落ちているゴミに犬が近づいてしまうことがあり、それを食べたことで命に関わることもあるかもしれない危険だと思ったためこの活動を選んだ。



### 活動実施日

20220815

### 目指すSDGsゴール

15 陸の豊かさも守ろう

### 解決したい地域の課題

タバコの吸い殻や、食べ物・飲み物が入っているものがそのまま捨てられており、散歩している犬が食べるかもしれないという課題。

### 目指す将来の姿

海にゴミが捨てられて海の生き物に大きく影響を及ぼしていることが問題視されがちだけど、人間が生活しているのは陸だから自分たちが生活するうえで重要な場所も綺麗で快適に過ごすことができる場所としてになっている姿。

### 活動の内容

家の周り一周、約5分~10分を犬と一緒に散歩して、どのようなゴミがどのくらい落ちているのかを確認して拾った。その結果アイスの棒、マスク、ビニールの紐、タバコの吸い殻、空のペットボトル、プラスチックのゴミ、輪ゴムがこの数分の間で見つかった。かなり狭い範囲にも関わらず、タバコの吸い殻は3箇所で見つかった。空になったペットボトルは、匂いがあったのか犬が興味を示していた。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

とづ

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 貧困を無くす為には

**活動の動機** 日頃から貧困について興味がありこの機会を通してもっともっと貧困について学びこれから先の未来どうやって解決していくか考えたかったから



**活動実施日**

20220815

**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

貧困が深刻化している地域の貧しい人々にも平等に扱い、そして、幸せに生きられるようにサポートしていくこと。

### 目指す将来の姿

社会から誰一人取り残さずに男女、性別、国籍関係なしにお互い協力し合って生きてゆく。貧しい人々が多い地域も見過ごすのではなく救いの手を差し伸べて世界中の全員で経済的、社会的に成長していく社会を目指す

### 活動の内容

貧困の多い地域を調べ、なぜ貧困になってしまっているのか、どうしたら貧困を無くす事が出来るのかを考え、さらに理解を深める為に、テレビ番組等から知識を得て、周りの人とも話し合い理解を深めた。他にも書籍から知識を得た

◆ニックネーム・グループ名（人数）

東川翔哉

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

### タイトル

豊橋市は中核市？

### 活動の動機

僕はよく車に乗っているとき地元ラジオFM豊橋を聴きます。ある時人口について話されたときがありました。2010年以降人口が減少していると知り、その原因は何か気になったので調べました。



### 活動実施日

20220814

### 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

まず人口減少を止めること。それに加えて、外国人への生活保護や公共交通機関の数や本数を改善することです。

### 目指す将来の姿

人口増加が見られ、名古屋に次ぐ都市になること。外国人に優しく、子育て世帯にも優しい市を目指していくべきだ。また、公共交通機関の数を増やしたりするなど、交通の面で車が不可欠となっている豊橋から脱すること。

### 活動の内容

まず、豊橋市の年齢別のグラフを見てみるとやはり少子高齢化が進んでいることが読み取れた。豊橋市は外国人に対して定住外国人等就労支援事業を過去に行っていたが今では行われていない。コロナウイルスによる影響で母国に帰国する人が増えているようだ。人口減少は交通の面にもあると考える。豊橋市は面積が愛知の中では上位だがその割にバスや電車が少ないのである。それにより新幹線を利用する客も少ないのではと思った。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

きよろ

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** ごみの少ない町へ

**活動の動機** 僕はテレビで埋め立てなど、ごみに関する問題を耳にし、僕たち自身も考えなければいけない問題であると思ったから。



**活動実施日**

20220815

**目指すSDGsゴール**

15 陸の豊かさを守ろう

### 解決したい地域の課題

各家庭のごみの排出量を減らし、ごみの排出が少ない町にすると共に、駅などの公共施設付近のごみのポイ捨てなどを減らしたい。

### 目指す将来の姿

あらゆる人たちのゴミに対する意識が変わり、SDGsの達成目標である海の豊かさや陸の豊かさを守ることを達成したい。そのためには、ゴミの排出量を減らしたり、ゴミのポイ捨てを減らしたりする、そういった世の中になってほしいと思う。

### 活動の内容

最初に、日本ではどれくらいゴミが多く排出され、どのような影響を環境に対して与えているのかを調べる。このように調べて、見つけ出した問題点を整理して、実際に国や地域としてどういった対策を行っていくべきなのか、個人としてどのような対策を行えるのかを考える。そして、考えた個人でできる対策を実際に行う。その内容は、ビニール袋を使わないゴミ袋を新聞紙で作ったり、エコバッグを使用したりすることである。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

石居那都

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 通常捨てるものでおいしい食事を

### 活動の動機

私は生ごみを焼却処分する際に出る二酸化炭素が地球温暖化を促進させているという記事を読んだことをきっかけに生ごみを減らすには、どのようにすれば良いのだろうと思い、この活動を選びました。



### 活動実施日

20220810

### 目指すSDGsゴール

15 陸の豊かさを守ろう

### 解決したい地域の課題

食材の捨てる部分を減らして、地域から出る生ごみの量を減少させることによって食品ロスと地球温暖化の解決の力になれると思いました。

### 目指す将来の姿

気候変動の原因の一つに地球温暖化も含まれます。また地球温暖化の促進を防ぐということは陸の豊かさを守ることにつながると思います。よって生ごみを減らすことによって13番と15番を達成することができます。

### 活動の内容

料理に使わなかった食材の部分を使って料理をつくりました。1品目は、にんじんの皮と大根の皮を使ったきんぴらをつくりました。最初に、にんじんと大根の皮をいためます。やわらかくなってきたら、砂糖とめんつゆを入れて、いためて、完成です。2品目は、ブロッコリーの茎などを使ったスープです。キャベツの芯、ブロッコリーのくき、にんじんと大根の皮、しいたけのじく、ベーコン、大豆でコンソメスープを作りました。



◆ニックネーム・グループ名（人数）

わかな

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 節約レシピでフードロスを減らそう

**活動の動機** 最近ニュースでフードロスという言葉をよく聞くので、だれでも簡単にできることを考えた時、節約レシピを知り、多くの人に広めたいと思ったから。



**活動実施日**

20220821

**目指すSDGsゴール**

2 飢餓をゼロに

### 解決したい地域の課題

フードロスは年間で2759万トンあり、このうち食べられるのに廃棄されている量は643万トンで、1人当たり毎日136g（お茶碗1杯分）捨てていること。

### 目指す将来の姿

多くの人がフードロスについて知り、実際に節約レシピを作ることで少しでもフードロスを減らす。また、節約レシピを作ることをあたりまえにする。

### 活動の内容

今回は長芋の皮チップスを作りました。作り方は、水気をきった長芋の皮に片栗粉をまぶして1センチほどの油で揚げ焼きにし、最後に塩をまぶすだけです。味は言われなければ長芋の皮だと分からないぐらいでした。家族にも食べさせてみたところおいしいと言っていました。多くの人が食べられる味だと思います。使った時間はわずか5分程で家にある材料で簡単にできるのでこういったことは続けていくべきだと思いました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

金子直史

（ 2人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 幸公園のゴミを拾おう！

**活動の動機** 下校時に通る幸公園の垣根の中にペットボトル、缶、燃えるゴミなどが大量に捨てられていてとんでもなくきたなかったため友達と一緒にゴミを拾うことにした。



**活動実施日**

20220825

**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**

幸公園の外周の垣根みたいな所の中にペットボトル、缶、燃えるゴミなどの大量のゴミが捨てられて汚いと言う課題。

**目指す将来の姿**

ゴミをポイ捨てる人がいなくて、みんなちゃんと分別してゴミ箱に捨てる町中どこにもゴミが落ちていない社会。

**活動の内容**

友達と2人でトンゴとゴミ袋数枚を持って分別しながらゴミを拾って行った。自分はペットボトル、缶。友達は燃えるゴミを担当した。1時間30分ゴミ拾いしてペットボトルと缶はそれぞれ30本以上。燃えるゴミの袋は2袋になった。公園の隣にコンビニがあるためかコンビニのゴミが多かった。活動中に通りかかった人から「ありがとう」と感謝の言葉を言われてゴミ拾いをして良かったと思えた。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

東海林奏人

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 災害に備えて暮らし続けられる町にする

### 活動の動機

災害が多く発生している中で、災害に対する備えができていないという人が少なかつたので、しっかりと備えをして安全に暮らし続けられる町にしたいと思ったから。



### 活動実施日

20220725

### 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

災害に対する備えができていない人が少ないので自分も含めて災害の備えを十分にしたい。

### 目指す将来の姿

災害に対する備えを十分にし、どうしたら災害による被害を最小限にできるかを考えて安全に暮らし続けられる町

### 活動の内容

どのくらいの人が災害に対する備えを十分にできているのかを調べる。自分達で何が出来るかを調べて実際に行う。周りの人に家でできるな対策を調べて呼びかけをする

◆ニックネーム・グループ名（人数）

豊丘

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 災害に備え安全に住み続けられる町にする

### 活動の動機

災害への備えをすれば自分たちの命を守ることにもつながるし同時に住み続けられる町づくりの実現にもつながると考えたから。自分の家が対策できなさでないと、友人や親戚にも災害について考えて欲しかったから。



### 活動実施日

20220721

### 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

日本は災害が多い国なので地域の人が災害への備えをしっかりとし住み続けたいと思える町にしたい

### 目指す将来の姿

災害に対する備えを十分にし、どうしたら自分たちのまちをより良くできるかを考え、伝えていくことで11番の住み続けられるまちづくりを達成することができると思う

### 活動の内容

災害に対してどれだけの方が対策できているのかを調べる。自分が家でできる対策を調べ、それを実施する。住み続けられるまちづくりを実現させるために、災害への備えも一つのことだが、それ以外にも様々なことがある。なので、それを考え、伝えていくことで周りの人の目標達成に対する意識が高まる。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

安藤七海

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** ホタルを守ろう

### 活動の動機

2、3年前までは、当たり前に見ることができていたホタルが急激に減ってしまい、探さないと見つけられなくなってしまったのが悲しくてホタルを守りたいと思ったからです。



### 活動実施日

20220806

### 目指すSDGsゴール

15 陸の豊かさを守ろう

### 解決したい地域の課題

川に捨てられているたくさんのゴミや漂着物が多いことと、それらが沈んでたまっていて天候によって水量が左右されやすいことです。

### 目指す将来の姿

川に一定の水量が流れていて、ゴミや漂着物がほとんど無く、夏にはホタルが飛んでいたり様々な生物が共存するより自然豊かな地域であることです。

### 活動の内容

一週間に一度ゴミ拾いをするを三回繰り返しました。川に捨てられていたのはペットボトル、空き缶、ビニール袋や食べ物の袋などがありました。また、川の生物の調査もしました。ホタルが減った原因に何かの生物が関係しているのかなと考えたからです。それから、ゴミを取り除くことで川幅が狭くなっていて流れが急になっているところの流れを緩やかにしました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

kippei

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** ゴミを減らす 海をきれいに

### 活動の動機

海の魚や海岸に多くのゴミが落ちており、海にさまざまな危機がせまっていると知ったから。海をいつまでもずっときれいな状態にたもちたいと思ったから。



### 活動実施日

20220810

### 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

海面の上昇、海水温度の上昇による魚の死滅や、サンゴ礁の減少、プラスチックゴミ等についても増加による環境破壊をなくす。

### 目指す将来の姿

安心して食べることのできる魚がいて、きれいなサンゴ礁もみられるきれいな日本の海をつくる。魚も安心して過ごせる、本来の海のあるべき姿を目指す。

### 活動の内容

ペットボトルのゴミを減らすために、マイボトルを繰り返し使ったり、スーパーのレジ袋を使わずにマイバッグを使うようにした。特に、ストローでは、紙のストローにして、自然になくなっていくことでゴミにならなうが、環境への配慮をすることができたと思う。これによってペットボトルは1日2本、レジ袋は1週間7枚のゴミを減らすことができた。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

西ヶ谷采穂

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** ロスなし食生活

### 活動の動機

野菜や果物などの皮やくきにも栄養があることを知り、料理に使ってみようと思いました。  
また、フードロスを削減できると思い、この活動を選びました。



### 活動実施日

20220821

### 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

1人あたり毎日約お茶碗1杯分・1年間約41キログラムのフードロスをしています。  
環境保全のためにもフードロスを削減させていくことが課題です。

### 目指す将来の姿

野菜や果物などの皮やくきを使った料理を増やしていくことで、フードロスを削減していくことができます。  
また、現代の食生活は偏っています。野菜や果物などの皮やくきを使った料理が現代の人の食生活の普通になれば、現代の食生活の偏りもフードロス問題も解決に近づくことができます。

### 活動の内容

期間中に使用した野菜や果物を調査し、その野菜や果物の栄養を調べました。使用されていたのは、じゃがいも、レタス、オレンジ、リンゴなどでした。じゃがいもは加熱調理をしても栄養が減らないことや、リンゴには生活習慣病やガンを予防する効果があることなどがわかりました。  
さいごに、ハチミツを準備してリンゴとオレンジの皮のハチミツ漬けを作りました。捨てる部分だからという抵抗なく食べることができました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

まりな

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

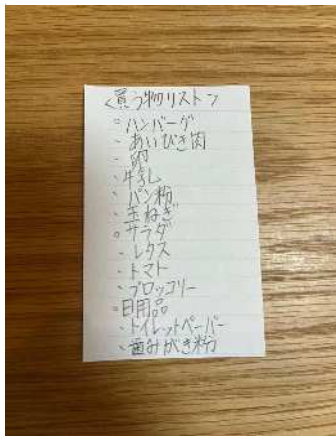
## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

### タイトル

我が家で食品ロス対策をしよう

### 活動の動機

私は、ネットで家庭からの食品廃棄率が食品ロス全体の約45%に及ぶと知り、自分にとっても身近で食べ物を大事にしないとと思ったから。



### 活動実施日

20220808

### 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

家庭内で食べ物の食べ残しをすること。買い物をする時に、必要ではない物を買ってしまい家にある物の賞味期限の把握ができていないこと。

### 目指す将来の姿

家庭内での食べ物の食べ残しをゼロにして、家庭からの廃棄物をゼロにする。また、買い物をする時に、必要でない物を買わず、必要な物を必要な分だけ買う。これらを行い12番のつくる責任つかう責任を達成する。

### 活動の内容

家庭内での食べ物の食べ残しについて、料理を余分に作りすぎないことと出された物は残さず食べることに気をつけた。結果は料理を適量に作ることで必然的に残さずに食べることができた。また、買い物をする時に必要でない物を買ってしまうことについては、事前に「買う物リスト」を作るようにした。結果、余分な物を買うことが減った。また、それを作ることで、家にある物の賞味期限の把握をするようになり、廃棄することが減った。



◆ニックネーム・グループ名（人数）

あい

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 家庭菜園

### 活動の動機

何年も言われている「地産地消」の問題。何か自分にも出来るのではないかと思います。家庭菜園を行ってみました。



### 活動実施日

20220604

### 目指すSDGsゴール

2 飢餓をゼロに

### 解決したい地域の課題

地産地消です。地産地消は、自分に良い事があるだけでなく、地球環境にも良いです。豊橋市には、おいしい食べ物が沢山あるので、地産地消を進めていきたいです。

### 目指す将来の姿

全員が、家庭菜園を出来るわけではないので、スーパーに行って野菜を買う時に、自分の地域で作られた食材を選ぶようにしていく事です。

### 活動の内容

祖母にもらったゴーヤ、トマトの苗を植えました。特に考えた事は、どこに苗を植えるかです。日当たりが良いところ、水はけの良いところを選びました。また、ゴーヤで緑のカーテンを作り、省エネルギー対策も行いました。緑のカーテンを作った事で、室内温度の上昇が抑えられ、普段よりも快適に過ごすことが出来ました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

にら

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 小さな工夫で利用しやすい美容室へ！！

**活動の動機** 私の家は美容院で創業50年以上のため不便な所が多々あり、様々な年齢の方や車いすの方などにも、今よりもっと利用しやすい場所にしたいと思ったからです。



**活動実施日**

20220812

**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

トイレが和式で不便なため洋式にしたいのと、お店の扉の前にある10cmの段差がすごく不便のためどうにかしたいことに加え、足の悪いお客さんが車に乗る際とても大変そうだったことも解決したいです。

### 目指す将来の姿

小さいお子さんや年配の方、車いすの方など、とにかくご来店された方が快適に不自由なく時間を過ごせるような空間と、「また来たいなあ」と思えるようなより明るく楽しいお店を目指す。

### 活動の内容

まず最初に和式トイレをどうにかするために、ホームセンターで「簡易洋式トイレ」を購入した。これにより工事いらずの低予算で和式トイレから洋式トイレにすることができた。その次にお店の扉の前の10cmの段差は、ホームセンターで購入した「セメントの粉」を使用し、お隣さんの大工さんの方に手伝ってもらいながらセメントで斜面を作った。最後にお客さんが車に乗る際乗りやすいようにするために廃材で踏み台を作った。