



#Trashless

GREENPEACE

PLASTIC FREE GUIDE

プラスチックフリーガイド

Action

#1 まず知って、広める

**プラスチックフリーガイドをダウンロードしていただき
ありがとうございます。**

**これは、プラスチック汚染のない世界をつくるために、
アクションを起こすためのガイドです。**

**地球上のいたるところに広がるプラスチック汚染を止めるために、
いま、私たち自身が動き始めましょう！**

私たちはみんな、プラスチックゴミで覆われたビーチや、プラスチックを食べてしまった動物たちの悲惨な状況を目にして、心を痛めてきました。日常生活にあふれる使い捨てプラスチック製品に囲まれていると、イライラがたまったり、使い捨て文化をやめられるのかと無力感を感じてしまうこともあります。

個人がプラスチックストローやレジ袋、ボトル、パッケージなどの使い捨てプラスチックを使う量を減らしたり、リサイクルを促進することもとても重要ですが、断るチャンスもないまま使い捨てプラスチックが私たちの手元にやってくる場合もあります。買いたいものがあっても、プラスチックでパッケージされたものしか手に入らないこともあります。

プラスチックでいっぱいになった海を見ればわかるように、使い捨て社会はもう限界にきていると考えた方が良さそうです。暴走する使い捨て文化を規制しようという政府の動きもまだありません。でも、私たちが力を合わせれば、プラスチック汚染を解決することは不可能ではありません。解決に導く方法をこのガイドでご紹介します。

日本でも、使い捨てプラスチックは必要だという一昔前の考え方に疑問を抱く人が増えています。プラスチック汚染の拡散を解決するために、毎日の暮らしを変えなければならないというムーブメントも、ますます広がっています。

地球のために、私たち自身や、地球で生きるすべての命のために、私たちはプラスチック汚染のない未来をめざして、変化の潮流を作り出そうとしています。プラスチック汚染は、私たち個人の力だけでは解決できません。プラスチックを大量に生産・使用する企業の責任も問い、政府に実効性のある行動を促し、お互いに連携しながら、循環型社会の実現に挑戦しましょう！



アクション#1： まず知って、広める！

なんとかしたい！と思う問題があると、まずはそれをみんなに知ってもらいたいですよね。問題の認識を広めるために、まずあなたの知識をシェアしたり、使い捨てプラスチックを減らすために個人でできることを教え合ったり、プラスチックフリーの社会を作るムーブメントに参加してもらったりと、できることがいくつもあります。

もっとプラスチック汚染について学び、周りにもシェアしたい！という人のために、いくつかの資料を準備しました。クラスの友達や、コミュニティの仲間、もしあなたが先生なら生徒のみなさんに、プラスチックフリーの活動についてのプレゼンテーションをする時に使える資料です。

このセクションでは、プラスチック汚染に関するデータや情報、プレゼンテーション資料など、みんなができるプラスチックフリーのヒントをダウンロードできます。

また、もしあなたがプラスチック汚染の問題について誰かと一緒に話すイベントを企画したい場合のために、イベント計画や運営のための役立つヒントもお伝えします。



プラスチック汚染とは

プラスチック汚染は地球のいたるところに広がっています。海の最深部であるマリアナ海溝から、人里離れた森の中、北極の氷、カメが卵を産むビーチまで、プラスチックゴミが自然を破壊しています。使い捨てプラスチックは過剰に生産され、リユース・リサイクルされる製品は限られています。



プラスチックは、埋め立てられたり自然界に放り出されてしまっても、自然には分解しません。他の有害物質も取り込みながら小さな破片に碎かれ、汚染を広めて、魚たちが食べてしまうことで海の世界連鎖に入り込みます。海の塩や、飲み水、ビールの中からもさえも見つかっています。何百万トンというプラスチックが毎年海に入りこんでいます。原因から止めることができれば、地球を元通りにすることはできないでしょう。

企業は多量の使い捨てプラスチック製品を作ることが許されていて、生活者に使い捨て製品を使うよう促しています。そして政府は、発生するゴミに企業が責任を持つような仕組みを作ることができていません。だから企業は販売製品によって発生するゴミへの責任を回避し続け、プラスチックで汚染されてしまった地域やそこで暮らす人や動物たちが、そのツケを払わされているのが現状です。

重要なデータと情報 (※1) ▶

よくある質問と回答 (※2) ▶



シェアする

イベントを開いて、プラスチック汚染について情報をシェアする機会を作ってみませんか？ 集まってくれた人の関心を高めるために、プラスチック汚染の現状をデータを用いて伝えたり、どうして自分がこの問題に関心を持っているのか経験を交えて話したり、パワーポイントの資料でプレゼンテーションをしたりしましょう。また、プレゼンの後に出た質問についてディスカッションしたり、プラスチック汚染についての動画を観てもらうのもいいでしょう。あなたが一番やりやすいと感じる方法で、集まった人のモチベーションを上げることができる方法を選びましょう！

すぐに使えるプレゼンテーション資料を下記からダウンロードできるようになっています。

パワーポイント資料 (※3) ▶

プラスチックフリーの映画上映会を計画する

映画上映会は、楽しい雰囲気、プラスチック汚染の問題に気づき、より詳しくなれる、情報のシェアには最適な方法です。もしあなたがすでにグリーンピースのボランティアグループに入っているのなら、新しい人や別のボランティアチームを誘って、繋がっていくのもいいですね！

上映会を成功させるために

1. 映画を選ぶ

映画選びは重要です。その映画は、集まってくれた人とディスカッションしたいテーマや、めざす解決策と一致している必要があるので、あなたの考えに矛盾したものを選ばないように注意しましょう。どういった人を集めたいかにもよりますが、自分が共感できる映画を選ぶといいでしょう。「TRASHED ゴミ地球の代償」、「プラスチック・オーシャン」など、プラスチック汚染に関連した映画やドキュメンタリーは増えてきています。ぜひ仲間を集めて上映会を企画してみましょう。

2. 会場を選ぶ

会場を見つけ、日にちを決めましょう。会場の使用料を確認します。少なくとも1カ月前には予約を取り、イベント準備に十分な時間を取りましょう。もし、自宅や使い慣れたコミュニティスペースでやる場合はその心配はいりません。

3. 機材を用意する

もし使用する会場に機材がない場合は、プロジェクターやスピーカーが必要です。（上映会では音が良いことが重要です！）会場の大きさと音響により、マイクの使用も検討しましょう。

4. 予算

無料イベントにするか、出費を補うために参加費を集めるかを決めます。無料イベントの方が人は集まりやすいですが、無料で場所と機材を見つけるのは大変かもしれないので、事前に余裕を持って計画しましょう。

5. 告知、告知、そして告知！

Facebookなど、オンラインであなたが使っているSNSでイベントページを作ってシェアします。ツイートしたり、サークルやスポーツクラブなど自分が所属するコミュニティグループにLINEしたり、知っている人みんなにメールを送ったりしましょう。掲示板にポスターを掲出するのもいい方法です。

6. グリーンピースとつながる

グリーンピースもあなたのイベントを成功させるために協力します！グリーンピースでは、イベントを開催する地域に住んでいるサポーターにあなたのイベントについてのご案内メールを送ることができます。メールの設定等に時間がかかるので、少なくとも3週間前までにはご連絡ください。また、グリーンピースのInstagram、Facebook、Twitterなどで告知することもできます。ぜひ私たちにあなたのイベントを連絡してください！

イベント開催のヒントと次のステップ

準備と告知

- 可能なら友達や仲間に一緒にイベント幹事をしてくれないか頼みましょう。例えば、会場のセットアップ、撤収、ポスターのデザインや告知などを担当してくれる仲間がいるといいでしょう。
- 当日、誰が映画を紹介するか決めましょう。映画上映後のディスカッションの時間に、例えば映画作成に関わった人などゲストスピーカーを招きたいかどうかとも相談しましょう。ゲストスピーカーにイベントに来てもらうのがベストですが、スカイプやビデオ会議を使ってディスカッションに参加してもらうのもいいでしょう。もしゲストに出演をお願いする場合、早めに連絡を取るのが成功のカギです。
- イベント成功させるために、幹事チームが準備にどれくらい時間を割けるか、どんな能力があるかを事前に把握して、準備と告知に十分な時間を取ることが大切です！

- 会場や機材をレンタルするときには、値下げ交渉をしてみましょう。意外と値下げしてくれることがあるので、一度聞いてみる価値はあります！
- イベント費用のためにもし入場料を取るなら、チケットを販売できるウェブサイトを利用してみましょう。Facebookのイベントページでリンクを貼り付けることができるので、オンラインで簡単にチケット購入ができます。
- FacebookやTwitterでイベントをシェアし、幹事チームの仲間にもシェアしてもらいましょう。もし大きいイベントを開く場合、映画会社があなたの投稿をシェアして告知を手伝ってもらえるかもしれません。
- 参加者にも、友達や家族を招待するようお願いしておきましょう。
- SNSや掲示板に貼るポスターをデザインしてくれる人を見つけましょう。
- 作成したポスターを会場、地元のカフェやバー、図書館、コミュニティセンターなどに貼りましょう。
- 友達だけでなく、新しいグループやコミュニティの人も、SNSや友達のツテを使って招待しましょう。思いつく限りの人や場所で、宣伝しましょう！
- 地元メディアと連絡を取り、あなたのイベント告知をお願いして下さい。Twitterでリツイートしてもらうのが一番手軽で早いでしょう。
- DVDやビデオを事前に見て、トラブルがないか事前に確認すること。もし可能なら、技術的なトラブルを避けるために、実際に使用する機材を使ってテストして下さい。
- 上映後のディスカッションのために、（いる場合は）ゲストスピーカーとも打ち合わせて、流れやタイミングをチェックしておきましょう。

当日

- 会場に早めに行き、受け付け、あいさつ、ドリンクやスナックの配布など、さまざまなことに対応する幹事メンバーがいるか確認してください。
- もし配布する資料やリーフレットがあれば、参加者が手に取りやすいようにテーブルをセットして置いておくといいでしょう。

- 参加者が来たら、名簿に記入をお願いしましょう。デジタルで記入してもらえたら、ノートパソコンやタブレットを持参するといいでしょう。できたら、グリーンピースの署名にも参加してくれるようお願いしてください！
- 映画を始める前に、ゲストがいる場合は紹介してから、映画を紹介して下さい。
- 上映後、参加者に会場へ来てくれた感謝を伝えて下さい。可能なら、グリーンピースの署名に参加したり、プラスチックフリーキャンペーンについて情報が届くようにグリーンピースのFacebookやTwitter、Instagramをフォローするようにお願いしてください。



プラスチックフリームーブメントに参加する

一緒に映画を見たり、ディスカッションしたりすることは、プラスチック汚染とその解決方法について気づく人を増やすだけでなく、一緒にプラスチックフリーのムーブメントを盛り上げてくれる人を増やすための効果的な方法です！ イベントで人々の注目を集めたら、参加者の中で特に関心の高そうな人を見極めましょう。そして、次に一緒にできることを話し合ってみましょう。

参加者が興味を持ちやすいような次のステップを考えておきましょう。

子どもができる活動の例

1. プラスチックフリーに取り組むグループを、学校のクラスや友達、家族でつくる
2. 両親にグリーンピースの署名に参加してもらうようお願いし、ツールキットをダウンロードして、家族や友達とできることを探す
3. クラスや友達と一緒に、プラスチック汚染に対して自分たちは何ができるか動画にしてシェアする

学生や大人ができる活動の例

1. グリーンピースの署名に参加して、ガイドをダウンロードする
2. 学んだことやみんなに知ってほしい情報のリンクをSNSでハッシュタグ#プラスチックフリーと#Trashlessをつけてシェアする
3. 友達や家族、コミュニティの仲間と、プラスチックフリーの社会のためにできることを話し合う

イベント後もつながりをキープする

- 参加者にメールを送り、イベントに参加してくれた感謝の気持ちを伝えましょう。
グリーンピースの署名のリンクを伝え、別のイベントなどがある場合はその日程も伝えましょう。
- グリーンピースにもイベントのアップデートを教えてください！ イベントの写真や感想をこちらまで送ってください。 supporter.jp@greenpeace.org
- イベントの結果をSNSで広めましょう！ FacebookやTwitter、Instagramで、ハッシュタグ#プラスチックフリーと#Trashlessをつけて、イベントの感想や動画、写真を投稿しましょう。イベントについて投稿してくれている人を見つけたら、「いいね」してあげてください。きっと喜んでくれるでしょう。
- 他のガイドを試してみませんか？ もっと何かしたい場合は、ガイドの他のセクションをダウンロードしてください。他のアクティビティでも、グリーンピースがみなさんの活動をサポートします！

※1 重要なデータ
と情報



※2 よくある質問
と回答



※3 パワーポイント資料



制作・発行：国際環境 NGO グリーンピース・ジャパン

発行：2018 年 8月

〒160-0023 東京都新宿区西新宿 8-13-11 NFビル 2F

Tel 03-5338-9800 Fax 03-5338-9817

www.greenpeace.org/japan

グリーンピースは環境保護と平和を願う市民の立場で活動する国際環境 NGO です。問題意識を共有し、社会を共に変えるため、政府や企業から資金援助を受けずに 独立したキャンペーン活動をしています

Photo credits: Page 2, 3: © Cherie Bridges / Greenpeace Page 2, 4: NG on Unsplash

Page 2, 9: © Greenpeace / Shailendra Yashwant Page 3: © Biel Calderon / Greenpeace