



#Trashless

GREENPEACE

PLASTIC

FREE

GUIDE

プラスチックフリーガイド

Action

#3

プラスチックフリーの
スーパーマーケットをつくらう

**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いけ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！



プラスチックフリーの スーパーマーケットをつくらう

アクション#3： プラスチックフリーのスーパーマーケットをつくらう！

大規模なものも小さなものも、スーパーは使い捨てプラスチック消費の中心地です。ほとんどのお店では、プラスチックのパッケージを避けることはほぼ不可能で、プラスチックを使用しない買い物はとても困難です。野菜やくだものがプラスチックに包まれていることが当たり前になってしまったので、自然に浄化作用があり、食べる前に洗うにもかかわらず、衛生的に保つためにはプラスチックで包む必要があるという考えが普通になっています。たくさんの人がエコバッグを持参するようになってきましたが、使い捨てのビニール袋は依然として野菜売り場やお店のレジにあります。もちろんこれは、使い捨てプラスチック製品のほんの一例にすぎません。

多くの人々が我慢の限界に達して、使い捨てプラスチックを使わない買い物を呼びかけたことで、世界中でゼロウェイスト（ゴミを出さない）のお店が広がっています。最近では、イギリスの主要スーパーマーケットチェーンの「アイランド」が自社ブランドの製品は、使い捨てプラスチックでの販売を中止すると宣言しました。ますます多くの企業が飲料や製品をリユース・リフィルできる容器に入れて提供したり、量り売りが復活し始めたりしています。改善が進んでいるものの、プラスチックの環境への影響を軽減するためには、より大きなスケールで、より早く改善するために、大規模なスーパーマーケットチェーンの協力が必要になります。



お店のマネージャーや経営幹部は、顧客が何を望んでいるか、また反対に何を好ましく思っていないかを知りたがっています。あなたがいつも使っているスーパーに「プラスチック汚染を悪化させてほしくない」と希望を伝えることは、スーパーがプラスチックの削減に動くためのきっかけを与えることになります。

あなたの街の食料品店やスーパーに影響を与えるにはさまざまな方法があります。マネージャーやCEOにメールを送ったり、店長や会社の本部に手紙やEメールを送ったり、マネージャーや会社の役員とのミーティングを開いたり、SNSでお店をタグ付けしてメッセージを送信したりできます。もし相手があなたの要求を受け入れない場合は、署名を開始したり、お店で直接アピール行動をしたりすることで、お店にメッセージを届けることもできます。

私たちがスーパーマーケットに望むこと

1. 企業の社会的責任を考慮して、使い捨てプラスチックの削減方針と移行計画を作成すること
2. 使い捨てプラスチック包装の段階的削減（例えば、レジ袋、ペットボトル、小分け袋などの製品）
3. リユース可能なパッケージおよび新しい配送システムに投資すること
4. 仕入れ業者を含めて、製造からパッケージにいたる商品開発・販売の全サイクルで、使い捨てプラスチックの使用を削減・廃止すること
5. プラスチック削減と廃棄物の発生を計量測定し報告し、さらに監査により透明性を高めること



行動開始

プラスチックフリーになってもらいたい地元のお店やスーパーマーケットチェーンを決めたら、お店の責任者（意思決定者）が誰なのか探るために、インターネットや店頭でのリサーチが必要になります。あなたが話すべき相手は、お店の規模と運営タイプにより変わります。小規模で独立した店舗の場合は、オーナーと直接話すことも可能ですが、大規模なチェーンの場合はまず店長と話して、店長が行動を起こさないようなら、その上の責任者に働きかけます。インターネットで検索すると必要な情報が得られますが、Eメールアドレスは必ずしも簡単に入手できるわけではありません。そのため、問い合わせ窓口のメールアドレスを使用して担当者や責任者の電話番号や名前など連絡先を聞きましょう。

Eメールか手紙を送る

Eメールでも手紙でも、最も重要なことは、あなたが何を求めているかを明確にすることです。あなたのプラスチック汚染への懸念を明確にしましたか？ 話し合いをしたいと伝えましたか？ お店にも使い捨てプラスチックを減らすアクションをとってほしいことを伝えていますか？ 使い捨てプラスチックとゴミ削減についてお店がどんな方針を持っているのか聞きましたか？

懸念を表明するだけでなく、質問をして回答を求め、対話を始めることがEメールや手紙の目的です。



Eメールまたは手紙の内容

Eメールや手紙のアウトライン

- あなたの懸念事項や問題は何ですか？
- プラスチック汚染を止めるために、お店がどんな行動を起こすことを提案しますか？
- あなたのEメールや手紙に対して、お店にどのように対応して欲しいですか？
- 最後に、関心を持ってくれたお店への感謝を伝えましょう

あなたの懸念事項や問題は何ですか？

プラスチック汚染の現状を示すデータを使って、プラスチック汚染の状況と、問題を解決するためのスーパーの役割について伝えたい場合は、この[ファクトシート \(※1\)](#) を参照してください。または、スーパーの本部が発表しているCSRレポートや環境団体のレポートを参照すれば、そのお店の廃棄物の量などの統計を見つけることができるかもしれません。情報が見つからなければ、Eメールや手紙で、担当者に直接問い合わせることもできます。

お店がどんな行動を起こすことをあなたは提案していますか？

スーパーへのお願いを明確にしましょう。特に重要なのは、プラスチックを減らすために、スーパーが何ができるのか、手紙を受け取った人に具体的に何をしてほしいかの2点です。スーパーマーケットは、使い捨てプラスチックに依存した販売を減らすため、さまざまな対策を講じることができます。[このドキュメント \(※2\)](#) では、プラスチック汚染の現状を説明するのに役立つメッセージの例をご紹介します。最初のEメールや手紙では、担当者のモチベーションを上げるために情報を提供したほうがいいですが、圧倒されるほどの膨大な情報を提供しないように注意しましょう。担当者は私たち



うに、多くの責任の中でバランスを取って仕事していることを忘れないようにしましょう。円滑に進展させるために相手に対し礼儀正しくすることも必要です。

あなたのEメールや手紙に対して、お店にどのように対応して欲しいですか？

Eメールや手紙の役割の一つは、問題を議論するためにミーティングの場を求め、問題に対処するための具体的な計画を要求することです。Eメールや手紙がCEOに宛てられている場合、ミーティングはすぐには、またはまったくできない可能性もあります。でも、まずはお願いしてみましょう！ 応答を得られなくても、あきらめないでください。辛抱強さが結果をもたらします！

手紙を届ける

あなたの手紙やEメールに会社から回答がこない場合、直接お店を訪問してみましょう。ミーティングをしてもらうのが最善の選択肢です。お店に立ち寄ってマネージャーと話したいと伝えてください。マネージャーが不在で、手紙を残す場合は、あなたの連絡先が手紙に記載されていることを確認し、担当者のEメールアドレスを尋ねて、再度確認して確実に返事を受け取れるようにします。



ミーティングの段取りと準備

最初にまずアポを取りましょう。店長や会社の経営幹部は忙しいので、アポをとりミーティングの時間をとってもらいましょう。ミーティングの日時が決まったら、ミーティングに向けて準備します。必要に応じて、ミーティング時に参照できる資料も用意しておきましょう。重要だと思う項目や、質問したいことを書き留めておくと、より安心してミーティングに臨めます。プラスチック汚染の現状をはっきりと理解してもらうためには、背景情報を伝えることが大切です。

ミーティングの目的を明確にしましょう。そして、目的を達成したらすみやかにミーティングを切り上げましょう。そのためには、あなたのミーティングの目的を事前に決めておく必要があります。[ここ\(※1\)](#)にあるような、例えば生分解性のプラスチックなど、使い捨て社会の根本解決にならない代行案は、相手がすでに考えていたり、取り入れ始めていたり、聞いたことのあるものかもしれません。あなたの視点から、使い捨て容器やパッケージを減らすことが解決策であると考えていることを明確にして、そうでないものは避けてください。

立ち居振る舞いと口調に注意しましょう。誠実で柔軟な考え方を持つことは、信頼と親密関係を築くのに役立ちます。また、相手が緊張している場合にはリラックスさせることも重要です。人として尊重して話すこと、相手の話をよく聞くこと、質問して熟考することは、関係を構築する上で重要です。あなたが話している人は、すべての質問に回答したり、すべての意思決定権限を持っていない可能性もあるので、会話の中で議題になったことをメモしておいて、あとでフォローアップメールなどを送って、質問や要求への回答を求めましょう。

お礼を伝える。ミーティングを終えたら、Eメールなどでお礼を伝え、ミーティングで決まったことを要約し、次のアポがあるならその予定を確認しておきます。たとえミーティングがあなたの望むようにいかなかったとしても、彼らの使い捨てプラスチック使用の意志を尊重できない場合でも、相手の時間を尊重し、対談し、関係を構築することは重要です！

署名を開始する

ミーティングをしてもお店がアクションを起こさない場合は、署名キャンペーンを立ち上げることもできます。署名を作成するために使用できるさまざまな方法があります。Change.orgなどのツールなら、署名を成功させるためのサポートも提供しています。効果的な手紙やEメールを書くのと同じように、あなたがお店に求めていることを明確にして、具体的な要求を記載しましょう。署名は、CEOやマネージャーをターゲットにした署名キャンペーンは、お店の企業の関心を引くための効果的な方法です。作成後は、SNSでシェアし、友だちにも協力・拡散してもらえようをお願いしてください。

ある程度署名が集まったら、署名をどのように送付するかを検討してください。Eメールで送ったり、署名を印刷してミーティングで手渡ししたり、郵送したり、仲間と一緒にお店を訪問して手渡ししたりなど、さまざまな方法があります。

署名を集めるためのツールは、以下からご覧ください。

<https://www.change.org/start-a-petition>

SNSを使ったキャンペーン

オンラインショッピングやSNSが人気なので、多くの企業がオンラインで顧客に向けてコミュニケーションしています。お店の注目を集めるために、SNS上でプラスチック汚染への考えについて質問したり、プラスチックを削減するアクションを促したり、お店をタグ付けしてメッセージを送ったりすることもできます。Twitter、Instagram、Facebookなどの投稿で、スーパーマーケットがプラスチック汚染に与える影響や、使い捨てプラスチックによる汚染を止めるためにスーパー

マーケットができることを明確に訴えましょう。これは長さに制限のあるTwitterよりFacebookの方が簡単にできるでしょう。

「百聞は一見にしかず」なので、お店で見つけた不要な使い捨てプラスチックの写真を撮って、SNS上であなたの要求を添えて会社をタグ付けするのもいいでしょう。その時は、ハッシュタグ#プラスチックフリーと#trashlessもつけてくださいね。

あなたのスーパーマーケットとの交渉は進展しましたか？

- あなたのキャンペーンについて、グリーンピースにもぜひ教えてください！ こちらに結果情報をお送りください。私たちにできることがあればサポートさせていただきます。 supporter.jp@greenpeace.org
- SNSで情報を広めましょう！ あなたのスーパーマーケットでおきたポジティブな例や進展をシェアしましょう。ハッシュタグ #プラスチックフリーと#trashlessもつけて投稿してくださいね。
- 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。ほか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 メッセージ例



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: © Dennis Reher, Fred Dott, Peter Caton, Mitja Kobal, Argelia Zacatzi, Greenpeace