

2R型エコタウン・ライフスタイルの将来像（ベータ版）

## ごみ減太郎のくらし



平成27年3月

手を取りあって ごみを減らそう！

### 京都市ごみ減量推進会議

2R型エコタウン構築事業実行委員会

# 目次

ごみ減太郎のくらしとは？ .....	1
この将来像の前提条件 .....	2
ごみ減太郎のくらし .....	3
●プロローグ .....	3
●起床（おむつ替え） .....	4
●朝ごはん .....	5
●通勤 .....	6
●お昼ごはん .....	7
●飲み物 .....	8
●食品や日用品の買い物 .....	9
●衣類 .....	10
●晩ごはん .....	11
●その他 .....	12
ごみ減太郎さんからのメッセージ .....	13
脚注 .....	14

2 R型エコタウン・ライフスタイルの将来像（ベータ版）

「ごみ減太郎のくらし」

平成27年3月

編者 京都市ごみ減量推進会議 2 R型エコタウン構築事業実行委員会

イラスト ハイムーン

京都市ごみ減量推進会議 事務局

〒612-0031

京都市伏見区深草池ノ内町13 京エコロジーセンター活動支援室内

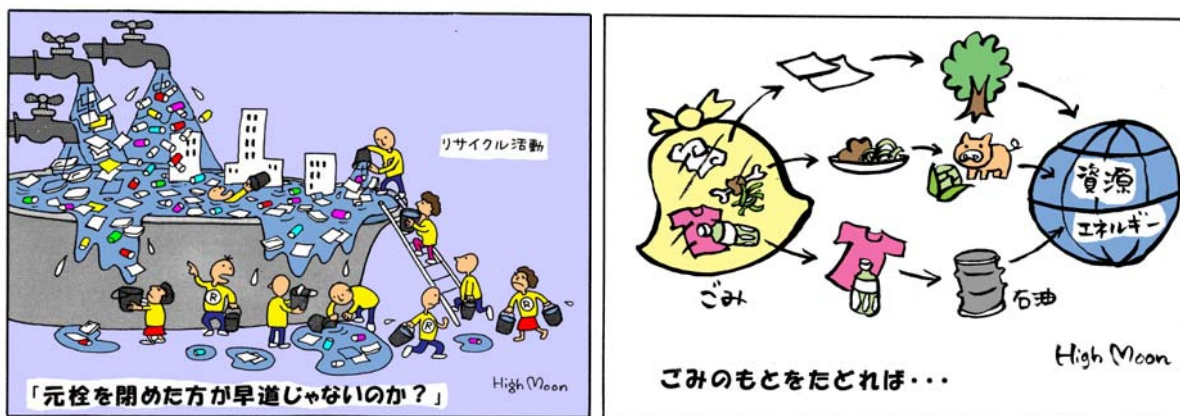
電話075-647-3444 FAX075-641-2971

# ごみ減太郎のくらしとは？

京都市ごみ減量推進会議 2R型エコタウン構築事業実行委員会では、持続可能な社会の構築のため、ごみ減量に取り組む際の考え方を示す3R(リデュース(Reduce, 発生抑制), リユース(Reuse, 再使用), リサイクル(Recycle, 再利用))のうち、リサイクルよりも取り組むべき優先順位が高い最初の2つのRであるリデュースとリユースを推進する活動を行っています。



最終的にごみになるものを減らすために、リサイクルは重要ですが、リサイクルされるものを増やして消費される資源やエネルギーが全体として多くなってしまえば、持続可能な社会は構築できません。そこで「そもそも資源の消費を押さえ、より大切にもものを使う取組」である2Rを推進していく必要があります。



では、2Rの考え方を取り込んだライフスタイルとはどのようなものなのでしょうか？

「2R型エコタウン・ライフスタイルのイメージ像『ごみ減太郎のくらし』」は、そんな疑問に答えるべく、5年後の2020年を想定し、2R型ライフスタイルやそのような生活を行うことができるまち「2R型エコタウン」としてまとめたものです。

わたしたちは、この2R型エコタウンが現実のものとなるよう活動を進めていきたいと考えています。

なお、この2R型エコタウン・ライフスタイルの将来像はわたしたち実行委員会の中でも議論の途上であり、今後も新しい暮らし方が次々に出てくることが想定されることから、ベータ版として公開します。

## この将来像の前提条件

### ○どのくらい未来を想定しているか。

2020年（5年後の世界）を想定しています。

### ○特にリデュースとリユースに着目して…。

- ◎ 個人の努力のみで行える2Rの取組には限りがあるため、コミュニティや市場での発生抑制や資源有効利用、リユース策を取り上げるよう努めて記述しています。また、人によってごみを減らす方法に差があることを想定し、いくつかの取組方法を挙げることができる場合は、そのように記述しています。
- ◎ このイメージ像では、ごみ・資源の分別は最大限行われているものと想定しています。

### ○社会前提

- ◎ 人口：高い高齢化率となっている。65歳以上人口が、約24%→約29%へ
- ◎ ピーク時よりもごみ半減（京都市施策）
- ◎ 1人1日当たりの一般廃棄物の排出量が880g（平成25年）から750g（130g減らす必要がある。）となっている。ただし、この減量幅は資源化のための分別も含めてのものである。
- ◎ 消費者物価指数は、この20年間程度、ほぼ横ばいか、下降傾向にあるが、消費税増税や可処分所得の減少などにより、消費は抑制気味に働くと想定している。したがって、現在よりは、自然と「今あるものを大切に使う」ようになっている。
- ◎ 京都市の人口は、横ばいに推移するものと想定している。ただし、単独世帯比率は上昇している。

### この冊子の中で使用されているイラストについて

この冊子中のイラストは、すべてハイムーン氏によるものです。ハイムーン氏は「ゴミック廃貴物」で知られる環境マンガ家です。氏のウェブサイト「ハイムーン工房」では、多くの環境風刺マンガが公開されていますので、ぜひご覧ください。

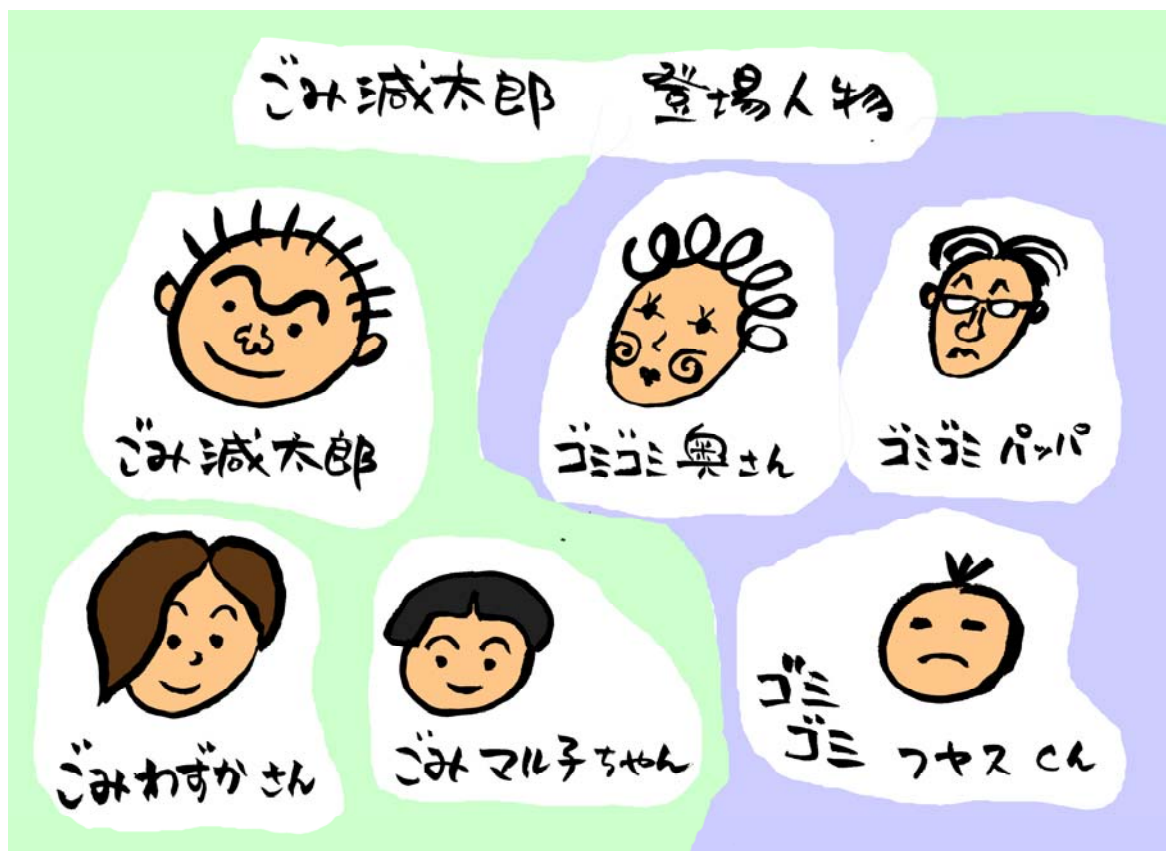
実はハイムーン氏は、高月紘という名前でも活躍しており、京都大学名誉教授で、京都市ごみ減量推進会議の会長でもあります。

「ハイムーン工房」 <<http://highmoonkobo.net/>>



# ごみ減太郎のくらし

## ●プロローグ



2020年は、5年前と比べると、ものも少し高くなり、つつましかで、以前よりもものを大切にしたり暮らしが浸透しています。京都市内に住むごみ減太郎さん。結婚して10年。保育園に通う子どもと小学生の子ども、妻との4人暮らしです。名前ほど環境派でもないごみ減太郎さんのある日を追ってみます。

ごみ減太郎一家の生活との比較として、イラスト中にはこれまでどおりの生活を行うゴミゴミ一家の生活も登場します。その差を感じていただくことで、2R型エコタウン・ライフスタイルがどのようなものかを感じてみてください。

## ●起床（おむつ替え）



子育て世代のごみ家の朝はバタバタです。妻も働いている共働き家族。なかなか起きない子どもをせつついて、叩き起こします。まずは下の子のおむつの取り換え。少し前は、いつでも紙おむつを使っていましたが、ごみも増えるし値段も高いので、家にいるときは布おむつを使っています。おでかけの時はちょっと面倒くさいので、ごみ家ではまだ紙おむつを使っていますが、外に行く時でも布おむつという家も以前に比べると増えているようです。

いっぽうで高齢者介護のための紙おむつは増えています。介護者の負担も大きく、布おむつというわけにはいきませんが、吸引式のおむつ<sup>1</sup>などは一部で使用されています。

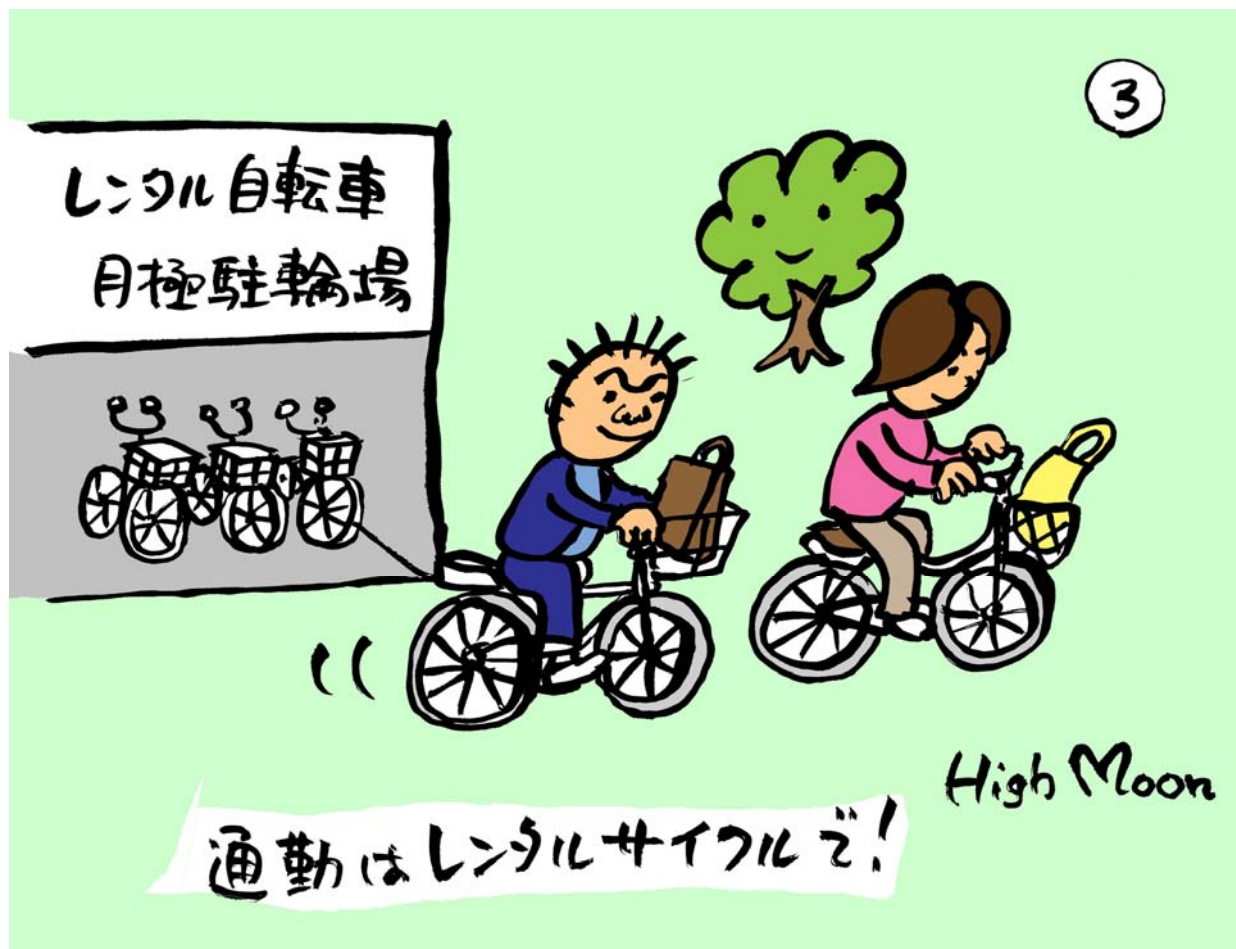
## ●朝ごはん



朝ごはんの用意です。実は、昨日、近所のおばちゃんからもらったおかずが、今日の朝ごはん。「作りすぎたから…」ともらったおかずをありがたくいただきました。実は、近所の人と食べ物を融通するSNS<sup>2</sup>があって、おかずや食べきれないお中元やお歳暮の食品ももらうことができ助かっています。お礼かわりに電球交換を手伝ってあげたりもします。それまで知らなかったご近所さんとのつきあいも広がっています。

ごみ家でも、適量をつくるように心がけていますが、作りすぎたおかずや、人からもらったおかずがあまりそうになると、気軽にご近所や近くの知り合いと融通しています。

●通勤



さて、朝ごはんを食べたら子どもを保育園と小学校に送り、出勤です。

夫婦ともども自宅から職場や駅が近いので、自転車で移動しています。自転車を買ってもよかったのですが、駐輪場で月極駐車料とセットになっているサービスがあったので、利用しています。簡単にいうと月極のレンタルサイクルで、いくつか貸出拠点があるので、街中に自転車で出て、帰りはタクシーで帰ってきたりと、自転車を持つより便利で気に入っています。



## ●お昼ごはん

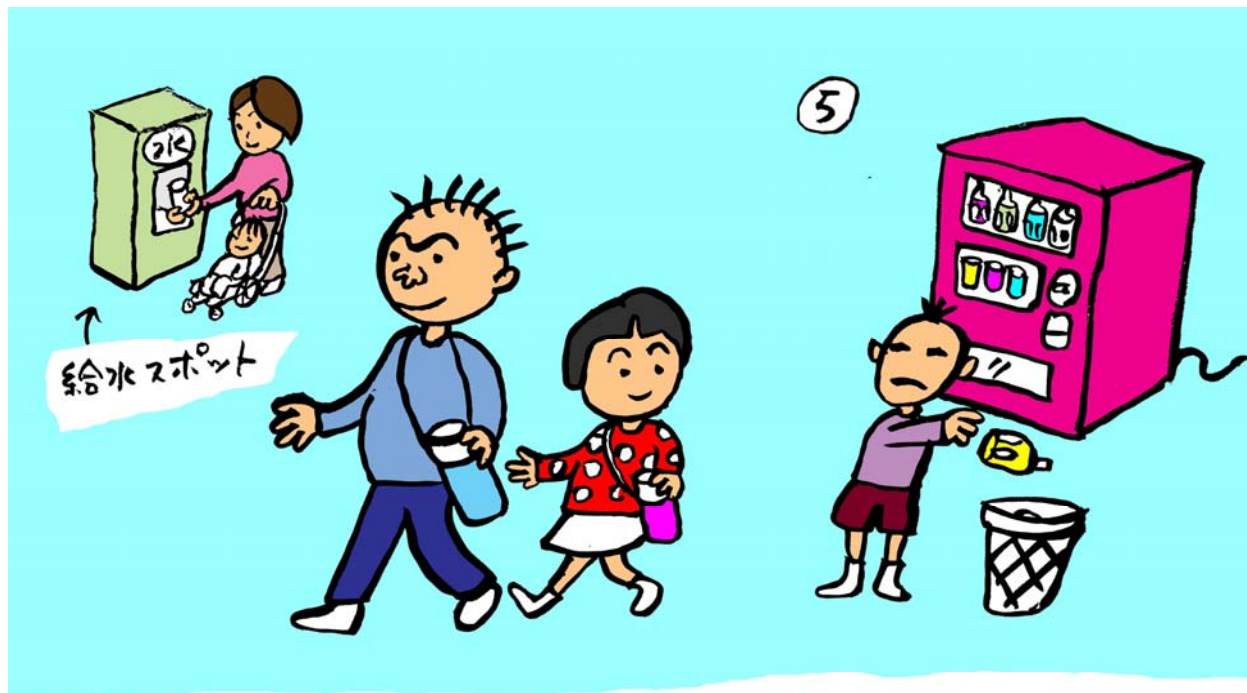


昼食はお弁当かリユース食器で！  
(簡易包装で！)

いつもは、お弁当のことが多いごみ減太郎さん。今日は、ひさしぶりに外にお昼ごはんを食べに行きます。割り箸は使われておらず、リユース箸が一般的になっています。

単身者世帯も増えているため、お昼を食べに出かけたりする人や、屋台のようなお店で買ったものを仕事場で食べる人も多くなっています。屋台のようなお店では、以前のように使い捨てのプラスチックトレイを使うお店ばかりではなく、ポリ袋や紙袋に入れて売ってお店が増えてきました。移し替えて食べるために、仕事場に自分のお碗やお皿を置いている人も多くなりました。プラスチック容器に入った弁当よりもおいしく食べられるから、なぜ今までこうしなかったのかとみんなで言いあっています。また、自分の弁当箱やプレートを持っていくと盛り付けてくれたりもします。

## ●飲み物



飲みものはマイボトルぞ！ High Moon

いまでは、かなり多くの人がマイボトルを持ち歩くようになりました。5年ほど前から保温できるタイプでもかなり軽量のものが販売されるようになり、自分が気に入った飲み物を冷たいまま、温かいまま、持ち運びできるからです。

公共施設では水飲み場も増えました。小さめのマイボトルでも、足りなくなったらボトルに水を汲めるので、便利です。

## ●食品や日用品の買い物



買い物は環境配慮製品を！

High Moon

最近では、高齢者の単身者世帯も多くて、惣菜を買う人が増えています。一時期、惣菜のトレーなどがすごく増えましたが、トレーもすぐごみになってしまうので、容器を持参し、それに詰めて買うことができるようになりました。少しでも安く買えるから、お財布にもうれしいサービスです。

野菜はどうでしょう。商品保護のために袋に入ったものもありますが、以前よりも裸売りが増えています。

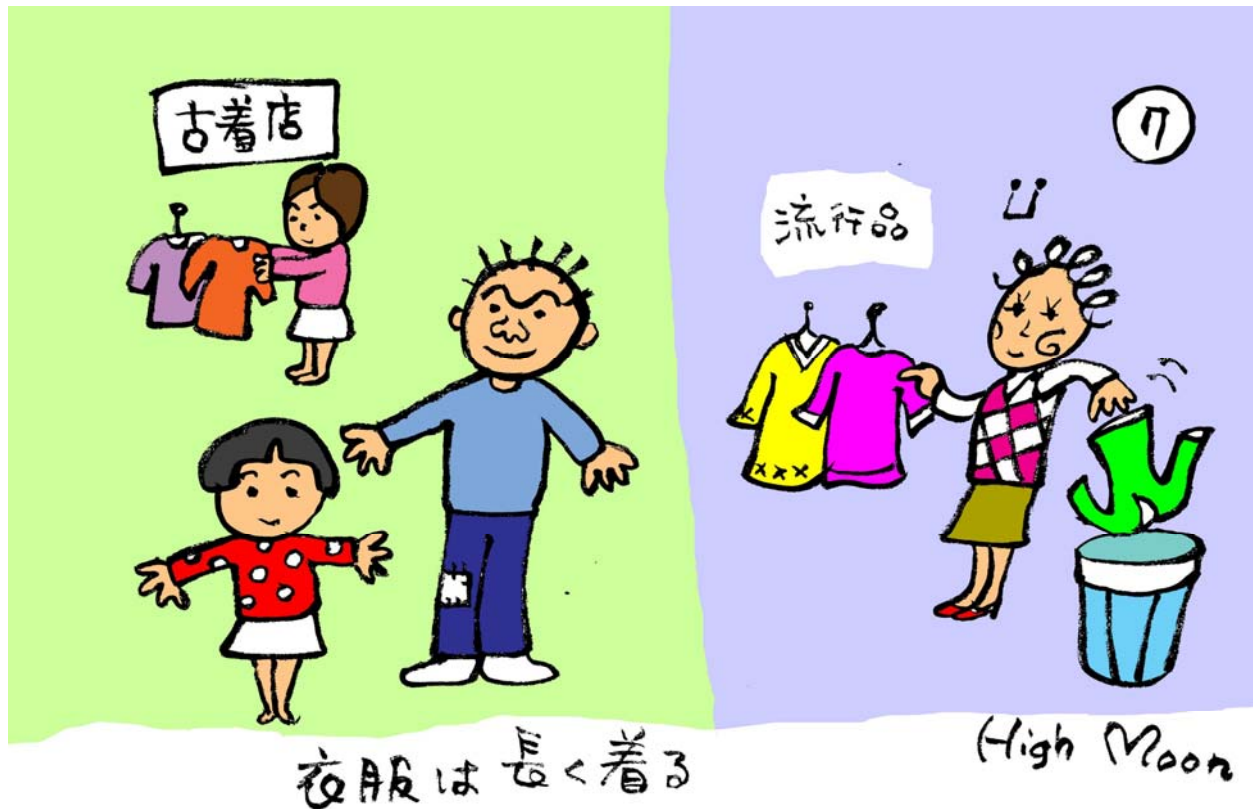
お肉はトレーを使って売られるものが少なくなり、ほとんどが袋に入れて売られるようになりました<sup>3</sup>。おかげで、プラスチックごみのカサはずいぶん減っています。それと、薬味などの簡単な野菜をキッチンで育てる人も増えました。料理の幅も広がるし、何よりいつもとれたてなので、新鮮さが違います。

賞味期限や消費期限が近くなったものは、お店で積極的に見切り品販売をするようになったおかげで、安く手に入るようになりました。

洗剤などは、種類が減りました。以前は、トイレ用、お風呂用、台所用といろいろな種類がありましたが、結局中身は同じだということにみんな気付いたのです。そこで、どこにでも共用で使える洗剤が人気になりました。もちろん、詰め替え用を買うことがほとんどですし、まだまだ少ないのですが、お店にボトルを持っていき、そのボトルで洗剤を量り売りしてくれる店<sup>4</sup>も出てきました。こうすると、詰め替え用の袋もごみなりませんし、何より家で袋からボトルに詰め替える作業をしなくてもよく、かえて楽ちんです。

ちなみにレジ袋の有料化は、少し前までスーパーマーケットのみでしたが、今ではコンビニやドラッグストアやホームセンターなどでも有料化しています。マイバッグはもちろん、便利なふろしきを使う人もグンと増えました。

## ●衣類

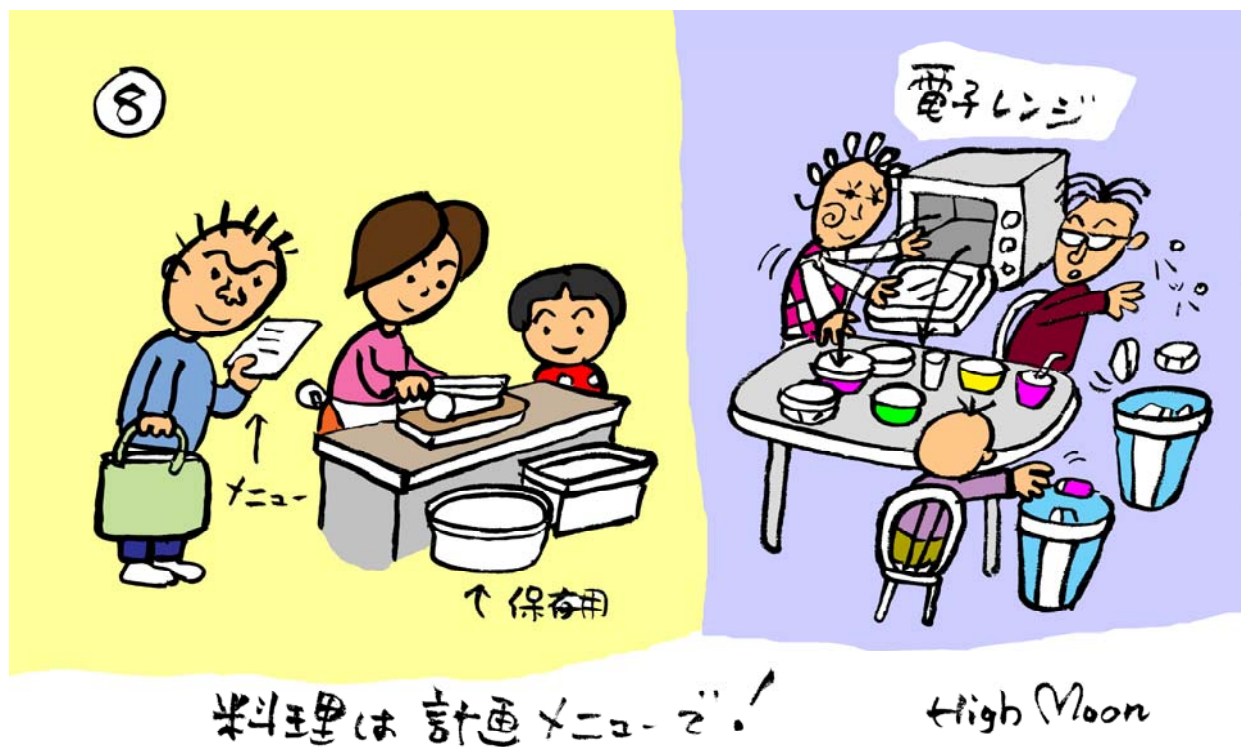


服は新品も買いますが、長く使えるもの、必要なものを選んで買うようにしています。流行を追うのも良いけれど、気に入ったものを長く着ることができるから、それはそれで一つの楽しみだと思っています。古着の交換会<sup>5</sup>も頻繁に開かれているので、参加して楽しんでいます。着なくなったちょっといい服は、古着屋さんにもって行って買ってもらうこともあります。ブランドにかかわらず重さで買い取ってくれる古着屋さんもあるので、ごみ減太郎さんの友人の中には、そういったお店を利用する人もいます<sup>6</sup>。

それ以外の綿地の生地は、小さく切り、ウエスにしています。

保育園には不用になった子ども服の交換掲示板<sup>7</sup>があります。そろそろほしいと思っていた秋冬の上着が出ていたので、持ち主に連絡をしました。

## ●晩ごはん



料理は計画メニューで！

High Moon

ごみ減太郎さんの家は、家でご飯を作って食べることが多いです。共働きのため、日曜日に1週間分をある程度まとめて作り、計画的に食べています<sup>8</sup>。また買った食材も保存に適した容器に詰め直し、新鮮な状態が保てるように工夫しています。

以前は、行き当たりばったりで食材を買い、思いつきで料理を作ることが多かったため、手つかずのまま食べ物を捨てることもありましたが、計画的な購入や調理、さらにご近所と融通することで、そういったこともほとんどなくなりました。

もちろん、その日にどうしても食べたいものがあれば1品増やしたりしながら、食事を楽しんでいきます。そのせいかごみ減太郎さんのおなかは大きくなるっぽうです。

ちなみに、単身者や夫婦二人世帯では、作るのも面倒ということで、昼食と同じく外食や、買ってきて済ますことも多くなっています。

それと、近所の公民館ではご近所の人たちが持ち寄りでご飯を食べることも<sup>9</sup>。近所にいる意外な料理名人との出会が楽しく、ごみ家ではイベントがあるたびに参加するようにしています。一人暮らしの高齢者にとっても、外にでる良い機会になっています。

## ●その他

### ○生ごみの処理

家庭で生ごみ処理を行う人は以前よりもかなり増えました。

市街地の居住者は、生ごみは家庭で一次たい肥化し、たい肥（土壌改良剤）の熟成場所に持っていく仕組みを利用したり、どんどん分解してくれるタイプ（消滅型）の生ごみ処理機を使ったりしています。

郊外の居住者や家庭菜園を行っている人は、自宅でたい肥（土壌改良剤）にしています。生ごみがごみとして捨てられることはほとんどなくなり、生活スタイルにあった、様々な方法で処理されています。

電動タイプの生ごみ処理機は電気がもったいないということで、あまり使われなくなりました。ちなみに、ごみ減太郎さんは生ごみの処理に自信がなかったため、最初は市民団体が開く講座などに参加したり、近所で実践している人に相談したりして、取組をはじめました。

家庭で生ごみ処理を行っていない人も、水分をなるべく減らす水キリ<sup>10</sup>をして生ごみの量を頑張って減らしています。

### ○ものは捨てない

家でいらぬものは、リユースショップをネットで検索し、高く買ってくれそうなところにもっていくことにしました。リユースショップで買ってもらえないものは、近くの人と「ゆずったり」「もらったり」するウェブサイト<sup>11</sup>に書き込みをして、使ってくれる人を見つけるようにしています。

### ○分別は徹底して

家庭から出るごみの分別も、かなり徹底するようになりました。缶・びん・ペットボトルは、もちろん分けていますし、プラスチックの小袋も、以前はつい燃やすごみに入れてしまっていたのですが、ちゃんと分けています。特に変わったのは紙ごみの中のいわゆる「雑がみ」です。古紙業者さんも積極的に持って行ってくれるようになったので、汚れた紙や古紙にいれてはいけない紙以外は徹底的に分けて古紙として出しています。生ごみの排出削減の取組との相乗効果で、燃やすごみは小さく軽くなりました。

### ○子どもも学ぶ

ごみ減量という、どうしても分別の話になりやすいのですが、それに加えて「ものを大切にする」という視点で学年に応じて、生活の工夫を学んでいます。

また工場や事業所から出てくる様々な廃材を画材として利用し、子どもたちが自由に創作し楽しんでいます。

### ○傘

気候変動のせいか、特に夏は突然の雨が増えました。そんなときは少し前なら透明傘（ビニール傘）をどこかで買うという人が大半でしたが、最近では折り畳み傘をかばんに入れている人が多くなりました。傘だと濡れるとあって、カッパをかばんに忍ばせている人もいます。

また傘の無償貸出しサービスを行っているお店もあります。このサービスに参加しているお店ならどこでも返せる<sup>12</sup>ので、ちゃんと返すことができとても便利です。

## ○たまにしか使わないものはみんなシェア

子どもがダイニングテーブルにマジックで落書きをしてしまったので、やすりをかけて磨こうと思ったごみ減太郎さんは、近所みんなが利用できる工作室で電動やすりを借りることにしました。この工作室には、電動工具からLANケーブルの圧着工具までいろいろと揃っています。近所なので気軽に借りに行くことができるし、工作室で作業をすることもできるので重宝しています。近所の元工務店勤めの人が道具の使い方も教えてくれるためDIYが苦手な人も大助かりです。

それと、ごみ減太郎さんの家には小さな電気自動車しかないのですが、荷物を運んだり、家族みんなですでかけるときには、シェアカーやレンタカーを借ります。昔からあるレンタカー会社から借りることもありますが、家の近くの車を貸してくれる人とごみ減太郎さんのように車を借りたい人をマッチングしてくれるウェブサイト<sup>13</sup>があるので、それも使っています。

そのほかにもたまにしか使わない家電などもシェア<sup>14</sup>できるので、本当に便利です。

## ○遊び

2R型の暮らしは、必要なものを必要な分だけ買ったり、譲り受けたりすることを大切にしています。そのことで、無駄なものがそぎ落とされ、無駄な支出も減りました。その分、余暇にしたいことにお金を回す人が多くなりました。旅行に出かける人もいれば、映画を見たり、食事に出かけたり、スポーツをしたり。もちろん、子どもたちとどこかに出かけたりすることも多くなりました。

## ごみ減太郎さんからのメッセージ

多くの人は、もっと前からこういう生活をしていたら、もっとたくさん楽しいことができたろうなと思っています。1年に数回しか着ない服にお金をかけたり、たまにしか使わないものをわざわざ買って広くない収納スペースにものを置いたり、無駄が多かったなあ。

5年前の皆さん、2020年といわずに、少しでも早く2R型のライフスタイルになってください。



## 脚注

- 1 尿吸引を行う設備等が既に開発されており，紙おむつの使用量削減にもつながっている。  
<<http://www.humany.jp/>>
- 2 オランダのウェブサイト<[www.thuisafgehaald.nl](http://www.thuisafgehaald.nl)>がある。
- 3 スーパー等での精肉販売では，発泡トレーよりも軽く，相対的に資源利用量が少ないポリ袋や紙製シートなどで包装ができる機材が2010年頃から販売され，現在でも一部で使用されている。
- 4 日本国内や欧米でも，まだまだ少ないが，詰替購入のできる店舗がある。
- 5 京都市内では「フリーフリー(free flea)マーケット」として，ひのでやエコライフ研究所や京都市などが取り組んでいる。
- 6 ブランド品に特化した店や，ノーブランドのものも含め格安で販売する店など，2015年時点でも中古衣料店はかなり多様化している。
- 7 中古品は，近くの人同士だけでは，需給のマッチングが難しいため，インターネットを活用した交換が多くなるが，同じようなものが必要な人たちが集まる場所では，昔ながらの掲示板も活用されている。
- 8 1週間分の食事をまとめて作るためのレシピや購入量を情報提供するウェブサイトもある。  
<[www.weekcook.jp/](http://www.weekcook.jp/)>
- 9 一人暮らしの高齢者などを対象として，「みんなで食べる場」を提供する目的で行われている事例や，地域の交流を目的に食事会を行う事例が国内でも増えている。
- 10 生ごみの約8割は水分であり，水分量を減らすことでごみ処理に必要なエネルギー消費を抑えることにつながる。
- 11 不要物を無償で引き渡す，また無償で欲しいといった情報の書き込みができるウェブサイトがいくつかある。
- 12 京都市内ではないが実施する団体が存在する。
- 13 車の貸出を行いたい個人が情報を掲載できるウェブサイトはいくつかある。
- 14 日本国内ではあまり事例がないが，海外では芝刈り機や工具，調理器具などをシェアしてもよい個人が，貸出情報を掲載できるウェブサイトがある。