

今日からできること

今日からできる「資源循環・生活環境」

この分野は、「すでにできている人が多い」からこそ、次の一步が踏み出しやすく、より効果的な取組ができるようになります。自分に合う入口を一つ選ぶだけで、十分に前進になります。

入口①「買い方」を変えて、
ごみの発生を防ぐ

食品ロス対策の第一歩は、買いすぎないことです。冷蔵庫の中を見てから買う、使う予定のある量だけ買う、期限の近いものから使う。たったそれだけでも、捨てる量は減ります。

プラスチックも同じです。詰め替えや簡易包装を選ぶ、マイボトルを持つ、過剰包装を避ける。買い方の工夫は、そもそもごみになるものを生み出さない効果的な方法です。

入口②「生ごみ」を減らす
まずは水切りから

生ごみは水分が多いほど重くなり、においも出やすくなります。まずは水切りを徹底するだけでも効果があります。さらに余裕があれば、コンポストなどの活用を検討してみてください。

ワークショップでも「コンポストは臭いもなく、土に戻る体験が良い」という声がありました。無理なく続くやり方が、正解です。

入口③「分別」を整えて、
資源化を確実にする

分別排出は、資源循環の最後の砦とも言えます。迷ったら情報を確認し、正しく出す。家の中の「分別の迷い」を一つ減らすだけで、地域全体の資源化は確実に進みます。できるだけ家族とルールを共有するのもおすすめです。

市では、スマートフォンアプリ「調布ごみナビ」により分別案内をしています。ぜひご活用ください。

入口④「参加する」ことで、
まちの空気が変わる

美化活動や清掃活動への参加は、ポイ捨てされやすい場所や捨てられるごみの種類に気づき、「どうすればポイ捨てを防げるか」を考えるきっかけにもなります。世代を超えて参加しやすく、地域や企業との協働にもつながります。短時間でも構いません。参加は、まちの雰囲気を変える近道です。

やってみましょう！

身近でできることを選び、できる範囲で続けてみてください。小さな行動の積み重ねが、まち全体の変化につながります。

- 使い切れる分だけ買い、期限が近い商品から選びます。
- 過剰包装を避け、簡易包装・詰め替え・リフィル商品を選びます。
- マイボトル・マイ箸・マイバッグを「当たり前」にします。
- 生ごみは水切り（ひと絞）で、ごみ袋を軽くします。
- 分別ルールを再確認し、迷ったら「調布ごみナビ」で調べます。
- 資源回収（拠点回収・地域集団回収など）を上手に使います。
- 夜間や早朝は、音楽・話し声・家電の音に気を配ります。
- 地域の美化活動や清掃活動に参加します。
- 市のお知らせを見て、生活環境に関する正しい情報を確認します。

調布市環境基本計画
ニュースレター一覧

- ①策定編 ②水と緑編 ③脱炭素編
- ④資源循環・生活環境編
- ⑤市民協働編

調布市環境基本計画についての詳しいことは、こちらの二次元コードからご覧ください

調布市環境基本計画
ニュースレター④資源循環・
生活環境編

調布市環境部環境政策課 作成

目次	[トピックス]	資源循環・生活環境	p.1
	[資源循環の取組]	資源循環の基本は「3R」	p.2
	[生活環境の取組]	安心して暮らせる生活環境を守るために	p.3
	[今日からできること]	今日からできる「資源循環・生活環境」	p.4

トピックス

資源循環・生活環境

「捨てない暮らし」と「安心できる環境」。
どちらも、毎日の選択から始まります。

ごみを減らすこと、分別を徹底すること、まちをきれいに保つこと。こうした取組は、どれも地味に見えるかもしれませんが、でも実は、暮らしの快適さや健康、そして脱炭素にもつながる「効き目がある取組」です。

新しい環境基本計画では、資源を大切に循環させる「資源循環」や、大気・水質・騒音・化学物質などから暮らしを守る「生活環境」も、暮らしの安心を支える重要なテーマとして位置付けています。

市民意識調査では、環境問題の中で「食品ロス」に危機感を持つ方が多くいました。一方で、ごみの分別やマイバッグの持参など、すでに多くの方が日常的に取り組んでいることも分かっています。つまり、調布市には「できている力」がすでにあります。ここから先は、その力を次の一步へつなげる段階です。

例えば、買いすぎない・使い切る・食べ切るといった食品ロス対策、プラスチック包装を減らす買い方、まだ使えるものは修理して長く使う。こうした選択が増えるほど、ごみの量を減らすことにつながります。

まちの快適さは「目に見える美しさ」だけではありません。空気や水がきれいであること、騒音や悪臭が抑えられていること、化学物質などのリスクが適切に管理されていること。これらが揃って、安心して暮らせる環境になります。計画では、監視や測定、指導・啓発、情報提供を継続しながら、新たな課題（PFAS やマイクロプラスチックなど）への的確な対応も位置付けています。

今日からできる行動を、無理なく、でも確実に進めて、まちの未来を変えていきましょう。



資源循環の取組

資源循環の基本は「3R」 最優先は「出さない」ことです

資源循環の取組は、3R(リデュース・リユース・リサイクル)が基本です。なかでも計画では、ごみの発生抑制(リデュース)を最優先に進める考え方を示しています。出てしまったごみを処理するよりも、そもそも出さない工夫のほうが、環境負荷も手間も小さく済むからです。特に重点として挙げられているのが、食品ロスとプラスチック類の発生・排出抑制です。

取組の柱① 食品ロス・生ごみを減らす

食品ロスは、「買いすぎ」「作りすぎ」「食べ残し」など、日常の場面で起きやすい問題です。計画では、庁内の関係部署で連携し、製造・販売・消費・廃棄のさまざまな場面を捉えた啓発や広報を進めていくとしています。

市民ワークショップでは「生ごみの水切りの徹底」「コンポストの活用」「落ち葉の堆肥化」「堆肥を農家へ循環するモデル」など、暮らしと地域をつなぐ具体的なアイデアも出されました。家庭の工夫と、地域の循環がつながるほど、はっきりとした変化が生まれます。

取組の柱② プラスチックを減らす・代替する

買い物のときの包装、使い捨て容器、ペットボトルなどのプラスチックは私たちにとって便利な一方

で、不適正排出による自然界へのマイクロプラスチック汚染の拡大等により、排出抑制が強く求められています。計画では、マイバッグの持参を促す工夫や、プラスチックごみ削減の啓発強化などを位置付けています。ワークショップでも「マイボトル給水スポットを増やしたい」「ビンの再評価」といった意見があり、選べる選択肢を増やしていくことが鍵になります。

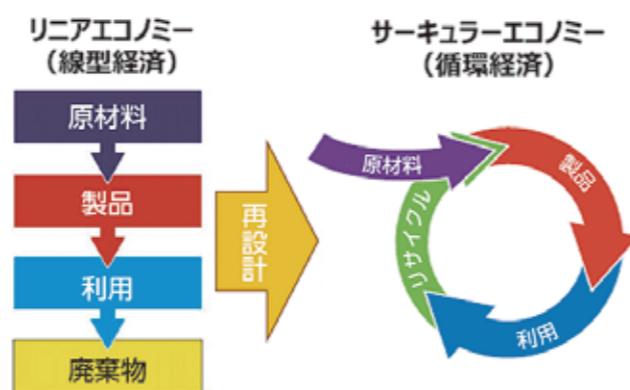
取組の柱③ リユース・リサイクルを「当たり前」にする

「使えるものはリユースへ」「分別を徹底する」ことは、資源化を確実に進める土台です。計画では、広報や出前講座、情報ツールなどを通じて学びの機会を増やし、市民・事業者の環境配慮行動を促すこととしています。

すでにできていることを次の当たり前へ。資源循環は、暮らしを整える力でもあります。

コラム | サーキュラーエコノミー(循環経済)

サーキュラーエコノミー(循環経済)は、「大量生産・大量消費・大量廃棄」の直線型から転換し、資源の投入と廃棄を減らしつつ、製品や素材を長く使い、再使用・再生利用して価値を循環させる考え方です。基盤は3Rに、断る(Refuse)や修理する(Repair)を加えた取組です。自治体でも、製品プラスチックの再資源化、食品ロス削減(フードドライブ)、生ごみのバイオマス化、衣類・家具のリユース促進などを進めています。これは環境対策にとどまらず、地域の産業や雇用にもつながる取組です。



これまでの経済(リニアエコノミー)と
サーキュラーエコノミーの比較
(出典:環境省資料)

生活環境の取組

安心して暮らせる生活環境を守るために

生活環境のテーマは、まちの快適さを支える見えにくい安心です。計画では、大気・水質・騒音・振動・悪臭・化学物質などを適正に監視・抑制し、健康で安心な生活環境を確保する方針を示しています。日々の測定や監視、必要に応じた指導・啓発、情報提供を積み重ねることが、安心した生活につながります。

取組① 空気と水をきれいに保つ

自動車や事業活動に伴うばい煙や有害物質については監視を継続し、発生防止のための指導・啓発に取り組みます。水についても、工場・事業者等への排水対策促進や、生活排水対策に関する啓発など、水質汚濁による環境負荷の低減に向けた働きかけを進めます。

取組② 騒音・振動を抑え、 暮らしのストレスを減らす

騒音や振動の発生は暮らしのストレスにもつながる問題です。

計画では、騒音・振動への対応を図りながら、発生抑制の啓発を進めていく考え方を示しています。

生活のマナーの共有や、必要に応じた相談・通報への協力など、地域での支え合いも大切です。

取組③ 化学物質など新たな課題に対応する

化学物質は、適正使用・適正管理・適正廃棄を徹底し、リスクを可能な限り把握しながら、市民の健康への影響を最小限にするための情報提供を行う方針を示しています。

さらに、有機フッ素化合物(PFAS)やマイクロプラスチックなど、新たな汚染物質については、最新情報の収集や的確な情報発信に努めるとともに、国や東京都と連携した対応を行います。

市民の意見から見えたこと

日々の工夫から見えてきた 次の一歩

ワークショップでは「修理・リユースの仕組み」「給水スポット」「自然素材を用いた清掃の普及」「マイクロプラスチック流出への配慮」など、暮らし目線の具体策が多く出されました。生活環境は、行政が守るものであると同時に、暮らし方で良くできるものでもあります。



ワークショップで寄せられた 意見(抜粋)

-  修理・リユースを
当之无愧に
-  給水スポットを
増やしたい
-  ビンを見直す・
選べる容器へ
-  分別をもっと
分かりやすく
-  生ごみ・落ち葉を
堆肥にして使う
-  マイクロプラスチックの
流出を防ぐ