

◆ニックネーム・グループ名（人数）

402きみたけ

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル

飯村公園をきれいにしたい!!!



活動実施日

20230819

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「現状」

公園を見渡せばゴミで溢れている現状

目指す将来の姿「目標」

きれいな飯村公園を取り戻したい!

活動の内容

朝早くに飯村公園にトングとゴミ袋を持って行き、ゴミを拾う!

活動した成果・気づき

この活動を通して、飯村公園での思い出をいろいろ思い出しました。僕はこの公園で小さい頃からずっと遊んでいて、この公園と一緒に成長してきました。そんな飯村公園が今ゴミで溢れているのがとても辛かったし、昔みたいな緑と子どもたちの笑顔で溢れている公園を取り戻したいと思いました。このプロジェクトはおわりましたが、これからも自主的に公園のために頑張ってゴミ拾いをしたいと思います。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

429出遅れのゴルシ

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 非常食と書いてウマイ



活動実施日

20230818

目指すSDGsゴール

2 飢餓をゼロに

解決したい地域の課題「現状」

この地域では前々から30年以内に南海トラフ巨大地震が80%の確率でくると言われ続けています。それに備えるために非常食を買っても幸いその時が来ないので余ってしまい、それがフードロスになってしまうこと。

目指す将来の姿「目標」

非常食のアレンジレシピを知ってもらうことによって思い出されることなく賞味期限が切れてしまう非常食を思い出してもらいフードロスとなってしまうものを減らす。そして非常食のついでに防災セットの確認もしてもらい人々の防災への意識を高く持ってもらいいざという時の被害を最小限に抑えたい。

活動の内容

乾パンを150グラム、マシュマロを110グラム、バターを37.5グラム用意します。乾パンを袋などに入れて程よく砕きます。この時袋は二重にして少し形を残すぐらいにすると食感が良くなります。フライパンでバターを溶かしたところにマシュマロ加えて混ぜます。マシュマロが全て溶けたら砕いた乾パンを入れて再び混ぜて納豆みたいになったらクッキングシートに広げて常温で冷まします。冷えたら一口サイズに切って完成です。

活動した成果・気づき

出来上がったものは家族にも食べてもらいました。おいしいと高評価の一方で少し硬いとの意見もありました。この解決策としては生クリームを使用するなどの方法もありました。私の家ではこれを機に防災への見直しをすることができました。この取り組みは他の人にも知ってもらうことによって意味があるものとなります。この企画をもとにたくさんの人々にアレンジレシピを知ってもらい明るい未来を作りたいと思いました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

620うどん

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル

飲むヨーグルトで食品ロス、病気を防ぐ



活動実施日

20230824

目指すSDGsゴール

3 すべての人に健康と福祉を

解決したい地域の課題「現状」

家に残っているヨーグルトを消費するためにどんな物を作るか考え、今後もカルシウムを多くに摂取して骨粗鬆症を防げるようにする。

目指す将来の姿「目標」

私は家の冷蔵庫に残っていた飲むヨーグルトを消費することで食品ロスを軽減することかでき、2番の飢餓をゼロにが達成でき、飲むヨーグルトを摂取すればカルシウムをとることができ、3番のすべての人に健康と福祉をが達成することができます。

活動の内容

飲むヨーグルトを簡単に消費して食べていて飽きないようにする為に飲むヨーグルトケーキを作ることにしました。
1. 卵の白身をつノが立つまで泡立て、メレンゲを作ります。2. 黄身とホットケーキミックスと飲むヨーグルトをダマが無くなるまで混ぜます。3. 3分の1ずつ1を2に混ぜていきます。溶かしたバターも入れ混ぜます。4. 炊飯器のパン、ケーキモードで焼きます。焼いたらラップで包んで冷蔵庫に寝かせれば完成です。

活動した成果・気づき

この活動を通して、骨粗鬆症の恐ろしさを知りました。飲むヨーグルトは元々お父さんが「成長期の今、カルシウムを取って欲しい」と言って買ってきてくれたもので、それに飽き飽きとして残っていたけれど、カルシウムを取らないで骨粗鬆症になってしまったらと考えると恐ろしいです。お父さんには私の体のことを気遣ってくれていて感謝でいっぱいになりました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

734 リン

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル ちょっとの心がけ



活動実施日

20230827

目指すSDGsゴール

6 安全な水とトイレを世界中に

解決したい地域の課題「現状」

油を流すとまず水道管が汚れ、水が汚くなってしまふ。そして、川や海に流れて水質汚染になってしまうこと。

目指す将来の姿「目標」

どこにいてもきれいな水が流れる！

飲める！そんな世の中にしたい！！

油を流す流さないそんなちょっとしたことかもしれないけどまずは、小さいことからやっていって世界中をきれいにする！！

活動の内容

料理が終わって、片付けをするときに油を水道に流さず、なべに吸収パッドを入れるだけで油を流さず処理できる。この吸収パッドがなくても、牛乳パックの中に新聞紙とキッチンペーパーを入れて油を入れてガムテープで口を閉じれば流さず捨てれるとができる。

活動した成果・気づき

わたしの家は油吸収パッドがあったのでそれで油を捨てていたが、他の方法も調べたらたくさんあり、牛乳パックで捨てる方法も新聞紙とキッチンペーパーを入れるだけですごく簡単だった。油を固める方法もあり、どれも簡単ですぐ実行できるなと思いました。簡単だからちょっと心がけるだけで変わると思いました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

625たっちー

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 着ない服、どれだけ可愛くできるかな？



活動実施日

20230828

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「現状」

私は、服を捨てようと思ってクローゼットの中を見してみるとデザインは可愛いのに汚れてしまったりするものがあり、このまま捨ててしまうのはもったいないと思いこの活動をしました。

目指す将来の姿「目標」

この活動を実践することで、着ない服をごみとして捨てるのではなくリユースし、ごみの発生する量を減らすことができます。また、SDGsの12番、つくる責任・つかう責任を達成することができると思います。

活動の内容

手芸屋さんで売っていたスマホショルダーの型紙を使って姉が小学校の卒業式で着ていたワンピースをリメイクしました。スカートのチェックになっている部分を本体、上の黒い部分をポケットとして作ります。型紙通りに布を裁ち、チャコペーパーで出来上がり線などの印をつけます。本体にポケットやファスナー、マチの部分などを印通りに縫っていき、完成です。また、首元のパールも付けたら可愛いなと思ったので付けました。

活動した成果・気づき

スマホショルダーは布を切ったり印をつけたりするのが型紙通りに出来なくて、ずれてしまうことが多くありました。だけど、最終的には普段使いができるくらいまでにはなったのでよかったと思います。今回は1着だけでしたが、3時間くらいでできたので他の服でも挑戦してみたいと思いました。着なくなった服でもデザインを活かせば他のものに変えても可愛くなるということに気づきました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

715nana

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル STOP！地球温暖化



活動実施日

20230830

目指すSDGsゴール

13 気候変動に具体的な対策を

解決したい地域の課題「現状」

エネルギーの排出で温室効果ガスであるCO2を大量に排出して地球温暖化が進んだり、食品資源の無駄使いを解決したい。

目指す将来の姿「目標」

ひとりで取り組んでも意味がないので、身近なことからそれぞれが個々が心がけて取り組み、同じ目標を目指していける世の中にしたい。

活動の内容

まず冷蔵庫の中のを全て取り出した。何が入っているのか把握しその中に期限切れの食品がないかチェックした。そして冷蔵庫の中に整頓して再び食品を戻した。見やすいように工夫して整理整頓をがんばった。

活動した成果・気づき

冷蔵庫の中にあった期限切れの食品は普段あまり使わない調味料が多かった。収納の仕方の工夫で期限切れの食品を減らすことができるのではないかと考えた。例えば、高いところや奥に食品を詰めすぎないことなど工夫していきたい。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 1つのゴミで人間や生物に影響がでるのか！



活動実施日

20230822

目指すSDGsゴール

1 2 つくる責任つかう責任

解決したい地域の課題「現状」

私は、前からゴミの問題について気になっていたもので、調べてみました。すると驚きの結果が載っていました。それは、ゴミの量です。今の現状、愛知県のゴミは約253万7千tという結果が残されているのが現状です。

目指す将来の姿「目標」

そこで、私は少しでもゴミを減らせないかと思い、調べてみました。するとこのゴミ問題は愛知県だけではなく世界中の問題だと思いSDGsにも繋がってくるのだと思いました。この問題は、解決できる問題ではないのかなと自分的には思いました。私の将来の姿は、この数字をもっと小さくするのが将来の姿だと思いました。

活動の内容

少しでもゴミを減らせるように私は、いくつかのことをやりました。1つ目はゴミの分別です。私の家では飲み終わったジュースのペットボトルのゴミや親の場合は、お酒などの缶のゴミは潰して捨てるようにしています。2つ目はネットなどで情報収集です。先程も書いたようにこの問題は世界の問題であるため、世界のゴミの状況も調べてみると、日本ではありえないことも沢山書いてありました。そのことから分かったこともありました。

活動した成果・気づき

活動を通して、世界の現状がわかったり、日本の現状がわかったりしたのでよかったなと思いました。SDGs持続可能な開発目標は、2030年までに達成すればいいため残り7年の間できることはどんどん積極的に取り組んでいってすべて17の目標を達成していきたいと思いました。少しでも快適に暮らせるように、自分だけではなく周りも協力できるように、自分なりに頑張っていきたいです。出来なくてもやってみることが大切です。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 手話を身近に



活動実施日

20230804

目指すSDGsゴール

10 人や国の不平等をなくそう

解決したい地域の課題「現状」

聴覚障害の方達がどうしても大変な思いをする今の社会。筆談や、身振り手振りで表現をすることももちろん大変ですが、時間がかかってしまいます。マスクをしているこのご時世、口を読むこともできないのです。

目指す将来の姿「目標」

聴覚障害の方の全てが手話ができる訳ではありません。ただ、もしそのような人に出会った時、ずっと手を差し伸べてあげられる人になりたいです。何も聞こえない社会で、1人でも2人でも手話をしてくれる人が居たら、どれほど安心するのでしょうか。将来、そんな素敵な方が沢山増えてくれたらいいなと思います。

活動の内容

まず始めに、SDGsと手話の関係性について調べました。SDGsのゴールである「4：質の高い教育をみんなに」の貢献に繋がる、改正障害者基本法が2011年に公布されたそうです。更に人々にとって手話が身近になるように、手話と指文字についてのまとめをし、日常生活で使える手話を紹介するなど、簡単なレポートを作成しました。また実際に友人にレポートを見せ、その場で手話を覚えてもらいました。

活動した成果・気づき

実際に友人に手話をやってもらいましたが、思ったより簡単で覚えやすい、と話していました。やはり、手話と聞くと少し難しいイメージがあるようです。ただ、意味が分かれば簡単なものも多いので、まずは手話への意識から変えていかなければいけないのかな、と思いました。更に友人は、「聴覚障害の人と日常会話ができるようにしておきたい。」と、手話への興味を示してくれました。活動の成果が出た気がして嬉しかったです。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

604りんご

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル プラスチックを減らそう



活動実施日

20230820

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「現状」

プラスチックなどのごみがポイ捨てされ、そのごみが雨や風で川に飛ばされて、そのままになっていて、川が汚れている。

目指す将来の姿「目標」

プラスチックゴミを減らす活動、例えばエコバッグやマイボトルを使う、川や海のごみ拾いをする、ペットボトルや食品トレーをリサイクルすることなどを実践することで、少しずつプラスチックを減らしていく。

活動の内容

プラスチックゴミが川や海に流され、魚がそれを食べてしまい魚が死んでしまったり、プラスチックゴミを焼却した時に二酸化炭素が排出され、地球温暖化が進んでしまったりと色々な問題があります。それを無くすために私達にできることは沢山あります。例えば、エコバッグやマイボトルを使うこと、ペットボトルや食品トレイなどをリサイクルすることなど様々なことがあります。これらをやってプラスチックを減らしていきたいです。

活動した成果・気づき

今回は、海や川のごみ拾いをするのができなかったけど、マイボトルやエコバッグを使うことは出来たので良かったです。また、ゴミ拾いやれるときがあればやりたいなと思いました。家族がペットボトルの飲み物を買っていたときがあったので、それは良くないと伝えたいなと思いました。今の状況が結構やばいので色々な人にプラスチックを減らしていこうと伝えたいなと思いました。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル エアコンの効果的な使い方



活動実施日

20230721

目指すSDGsゴール

13 気候変動に具体的な対策を

解決したい地域の課題「現状」

エアコンを使う上での、無駄をはぶきたい

目指す将来の姿「目標」

エアコンを効果的に使うことで、使って排出される二酸化炭素を減らしたい

活動の内容

インターネットで効果的で効率的な使い方を調べて、それを実行した。
まずサーキュレーターと併用することで冷たい空気が、循環してくれることがわかったのでやってみた
次に室外機が温まるとより電気をくうことがわかったので室外機に日よけをつけた。

活動した成果・気づき

以前よりエアコンの設定温度を高くしても、サーキュレーターと併用することで全然涼しく快適に過ごすことができるようになった。
続けやすいのでこれからも続けていきたい。