

◆ニックネーム・グループ名（人数）

623白ネギミク

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル

冷蔵庫繰り返し開け怒られない私達の工夫



活動実施日

20230806

目指すSDGsゴール

7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに

解決したい地域の課題「現状」

私達1人1人のエネルギーの消費を抑えることができることによって、地球の温暖化を抑えることができる。

目指す将来の姿「目標」

冷蔵庫の中身を把握することで、無駄をなくすことができる。食材を取り出すさいにも、時間短縮することができる。電気代の節約することができ、エネルギーの消費を抑え、CO2削減に貢献できる。

活動の内容

冷蔵庫の扉が開けるのが長くなる理由として、食材を探す時間がかかってしまう。食材を入れた時にすぐわかるようにするためにデータ化する。

活動した成果・気づき

冷蔵庫に入れたものをスマホで写真で撮り家族に共有することで、開け閉めを短縮することができた。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

411おととと

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル

ペットボトル廃棄を減らそう！



活動実施日

20230821

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」

ペットボトルが街の至る所で捨てられているのが目撃する。ペットボトルの放棄がなくなって欲しい

目指す将来の姿「目標」

街を歩いたときにペットボトルをはじめとしたゴミが落ちていない

活動の内容

8月21日から23日で家族が廃棄したペットボトルを把握
21日7本、22日5本、23日3本
24日家にあった飲みかけ、捨てていないペットボトル
1本とペットボトルが入った袋4袋
28日から30日で家族が意識して廃棄したペットボトルを把握
28日0本、29日0本、30日0本

活動した成果・気づき

結果として、意識した後の方が増えてしまった。
しかし家族の中では減らそうという意識が芽生えた。
これから、ペットボトルをはじめとしたゴミを減らそうと思う。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

602 MOMO

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル

『アップサイクル』で食品ロスをゼロに！



活動実施日

20230823

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」

日本では、毎年約643万トンもの食料が食べられるのに捨てられており、その47%は家庭から出ているそうです。この事実を知り、私は少しでも家庭からの食品ロスを減らしたいと思い、食品ロスをテーマとしました。

目指す将来の姿「目標」

一人ひとりが食品ロスについての世界や日本の現状を知り、食品ロスについて関心をもつことが必要だと思いました。そして、普段の生活から食品ロスを減らす努力をし、実際に行動を起こしていくことがこれからの目標であり、目指すべき将来の姿なのではないかと思いました。

活動の内容

私は、家庭からの食品ロスを減らすために『アップサイクル』という、廃棄する予定であったものに手を加え新しい製品に生まれ変わらせる、という活動をしました。野菜の芯や皮といった、いつもは廃棄してしまっている部分を使用した料理を二品作りしました。一品はキャベツの芯とにんじんの皮で作ったきんぴらを、そして二品目はさつまいもの皮で大学いもを作りしました。

活動した成果・気づき

作る際に、皮や芯といったいつもは捨てている部分の重さと、何も手を付けていない状態の野菜の重さを量ってみました。キャベツは全体で230g、芯は34%にあたる78gでした。にんじんは全体で308gで、18%にあたる54gが皮で、さつまいもは全体480gのうち29%にあたる138gが皮でした。数字にしてみると思っていたよりも廃棄量が多くて驚きましたが、今回の調理では廃棄量をゼロにすることができました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

704

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 節水



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」

水不足
日本だけでなく世界で綺麗な水を得られない人を無くしたい。

目指す将来の姿「目標」

水資源にあふれた地球。

活動の内容

水を出しっぱなしにしない
貯めて使う
再利用できるものはそうする

活動した成果・気づき

節水してもどれだけできているのか目に見えてはなかったので大変だった。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

605pippi

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル ごみの減量



活動実施日

20230814

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」

豊橋市の1人1日当たりの家庭系ごみの排出量は約775gなのに対し、全国は約685g、愛知県は約720g豊と豊橋市のごみの排出量が多い状況であること。

目指す将来の姿「目標」

ごみを焼却処分する際に発生する二酸化炭素は地球温暖化の原因となってしまう、地球温暖化が進むと熱中症による死者の増加、海面の上昇、農産物への悪影響など私たちの暮らしに大きな影響を及ぼします。これらのことをおさえ、地球環境を大切に、自然とともに生きていけるまち。

活動の内容

豊橋市のごみの中で最も排出量が多い可燃ごみから比較しやすそうで、我が家では夏に多く出るペットボトルの排出量を減らしました。前半の3日間はいつも通りの排出量を記録し、後半の3日間は前半の3日間よりも排出量を減らすことを意識したものを記録しました。

活動した成果・気づき

前半の3日間では500mlが7本と330mlが1本で合計8本。後半の3日間では2Lが1本と500mlが4本と440mlが1本で合計6本でした。飲む量的には後半の3日間の方が多くなってしまいましたが本数でいえば少しだけ減らすことができました。家から水筒を持って行くのを心がけたのですが、この時期、動く人はスポーツドリンクが必須のようでそう上手くはいきませんでした。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

まっちゃんのとうふ1218

1 人

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル

地球温暖化対策できること



活動実施日

20230829

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」

地球温暖化で暑いのと、たぶん節電とかやっていない人が多いだろうから、簡単にできるやり方を広めて、地球温暖化を解決に少しでも近づけること。

目指す将来の姿「目標」

地球温暖化の気温上昇が止まり、気温が地球温暖化の問題が出る前ぐらいに戻ることで、みんなが地球温暖化対策に協力して、地球温暖化が解決すること。

活動の内容

1日できるだけ節電する。

- ・色々な家電を節電モードにする
- ・使っていないコンセントを抜く
- ・照明をこまめに消す
- ・照明テレビの明るさを弱くする

活動した成果・気づき

活動結果

活動日の消費電力 13.5kwh

8月の消費電力1日大体15kwh

約10%消費電力を節約できた

活動中に思ったこと

節電することは、家電などの設定を少し変えるぐらいだったので簡単に出来た。

活動結果に思ったこと

簡単なことを少ししただけで消費電力が10%も削減できるならこれからも続けていきたいと思った。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

こてつ

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル ゴミを極力出さない生活



活動実施日

20230809

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」

ゴミのポイ捨てが多い。
コミュニケーションがあまりない。

目指す将来の姿「目標」

身の回りの環境を整え、自然を尊重し、誰とでもコミュニケーションが取れるようにしたい。

活動の内容

1週間、家族全員で協力して、ゴミを極力出さずに生活をした。

活動した成果・気づき

普段の生活で自分たちがいかにゴミを出しているかがわかりました。
この体験を通して、自分が何かをするために必要なのか、必要でないのか、と考える行動できるようになりました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

なぎ

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 災害に対する意識



活動実施日

20230821

目指すSDGsゴール

11 住み続けられるまちづくりを

解決したい地域の課題「現状」

災害に対しての地域の人々の意識が低いという課題
南海トラフ地震に対する対策があまりできていないという課題

目指す将来の姿「目標」

地域の人々全員が災害に向き合って、被害をいかに最小限にできるかを考える社会にする

活動の内容

- 1、防災グッズの確認
→欠陥のあるものや不足しているものを補充する
- 2、防災マップの確認
→避難するときに危険箇所があるか確認した

活動した成果・気づき

このようなことをすることで、災害に対する意識が芽生え、行動に移すことができることがわかった。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

706 あかりん

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 家庭菜園をして食卓を囲もう！



活動実施日

20230728

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」

食品添加物や農薬を少なくする
食べ物の大切さを知り、残さず食べる

目指す将来の姿「目標」

いろんな人に話を広めていき、各家庭で家庭菜園をして、それぞれの家族の健康を守る。
旬の野菜を知る。
食べ物の大切さを知り、残さず食べるようにする。

活動の内容

食品添加物と農薬のメリット、デメリットを知る。
今が夏であることから夏バテの症状、治し方を知る。
旬の野菜を知る。
決めた野菜を育てて収穫する。
できた野菜で夏バテ防止にもなる料理を作る。

活動した成果・気づき

食品添加物と農薬のメリット、デメリットを調べる時、ネットで調べて終わりだったので、違う紙に書いて、おくべきだった。夏野菜が何かわかることができた。この夏は家族全員が夏バテもせず健康に過ごせた。野菜を収穫する時、大きさや色を確認し、良い感じで収穫できた。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

731 あやね

1 人

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 食品ロスをゼロに！



活動実施日

20230802

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」

私は食品ロスに関するニュースを見て、食品が廃棄されている一方で、地球温暖化の問題や必要としている人に食料が届いていないことを知り、このままでは、環境問題、社会問題がさらに加速してしまう

目指す将来の姿「目標」

食べられるはずの食品を捨てることがなくなることで地球温暖化抑制や飢餓で苦しんでいる人がゼロになり、誰一人残さない持続可能な社会を実現すること。また、自分たちの世代のことだけでなく未来を生きる人たちへきれいな地球を受け継ぐこと。

活動の内容

まず正しい保存方法の仕方を探してみた。野菜は乾燥すると鮮度が落ちるためキッチンペーパーや新聞紙に包み、ジップロックに入れて保存するといい。野菜室だと1週間ぐらいで傷むけど冷凍庫で保存すれば1ヶ月もった。次に余りがちな食材でレシピを考えた。冷凍した豆腐を使ったそばろ丼を作った。豆腐感なく美味しく食べれた。

活動した成果・気づき

家庭でのゴミが減ることが1番食品ロスの課題解決に近づくと思うから今回の活動をして最大限食べられるところを使ったり、正しい保存方法を知ることはずごく大事なことだとわかった。