



< 報告書 >

家庭の容器包装プラスチック
使い捨てプラスチック調べ
2021

447人の声

2022年3月

大阪府生活協同組合連合会
全大阪消費者団体連絡会
地球環境市民会議（CASA）

<目次>

1. 家庭の容器包装プラスチック/使い捨てプラスチック調べ 2021 の概要	p1
(1) プラごみ調べの目的	
(2) プラごみ調べの内容	
(3) プラごみ調べ参加者の内訳	
2. 家庭の容器包装プラスチック/使い捨てプラスチックの数 (375 人分の集計)	p3
(1) 7日換算プラスチック合計数	
①プラスチック数の平均値	
②同居家族人数によるプラスチック数の違い	
3. 調査後の意識の変化	p5
4. 消費者 447 人の声	p6
(1) 「不要と感じた容器包装プラスチック・使い捨てプラスチック」	
①食品の多重包装	②ペットボトルのラベル
③添付のストロー、スプーン類	④バラ、飾り
⑤その他	
(2) 「プラスチックを減らすための工夫、提案、意見」	
<消費者の取組>	
①プラスチックでないものに変える・選ぶ	②プラスチック量を減らす・少ないものを選ぶ
③プラスチックを断る	④プラスチックを再利用する
⑤リサイクルする	⑥その他
<事業者・行政（国）の取組>	
(3) 「その他、感想・意見」	
①プラスチックごみの多さの声	②様々な感想の声
③前回参加者の比較の声	④分別・再利用についての声
⑤プラスチックの有用性・必要性にふれた声	
5. 家庭のプラスチックごみ調べ 2021 のまとめ&呼びかけ	p13
(1) 自分が捨てるプラスチックごみを見つめることから	
(2) 科学の知見に学び、プラスチックごみ対策の緊急性を共有しましょう	
(3) 3Rの優先順位で、それぞれ大胆な取組を	
(4) プラスチックごみ減らしを楽しみましょう	
(5) 企業・行政にも「声」を届けましょう	
* 家庭のプラスチックごみ調べ 2020 記入表 (通常版 32 分類)	p15
(簡易版 10 分類)	

1. 家庭の容器包装プラスチック/使い捨てプラスチック調べ 2021（以下、プラスチック調べ）の概要

（1）プラスチック調べの目的

軽くて強く安価なプラスチックの普及で、私たち消費者は多くの恩恵をうけてきました。

しかし、その一方で、プラスチックの大量使用がマイクロプラスチックによる海洋汚染を引き起こし、焼却処分時には地球温暖化の原因となる CO2 を排出するなど、深刻な環境問題につながっていることが、指摘されています。

また、プラスチックに含まれる各種の添加剤（化学物質）やマイクロプラスチックが吸着する有害物質が、誤食した生物の体内に移行し、生物濃縮がおきていることが分かってきました。ヒトの健康に影響する懸念もあり、科学による早期説明が期待されます。

こうしたプラスチックのごみ問題について、消費者が日々の暮らしの中で気づき、考える“きっかけ”にすることを目的として、プラスチック調べを実施しています。

<留意点 1 >

- ・プラスチックの是非を前提に置いて行う取組ではありません。
- ・家庭のプラスチックの数・分類の正確性を求める取組ではありません。

（2）プラスチック調べ 2021 の内容

- ・コンシューマーズ京都作成のフォーマット（2019 年実施）を一部変更して取り組みました。
- ・調査後の意識調査の設問以外は 2020 年調査と同じ内容です。

①期間

- ・2021 年 7 月～12 月の間の連続 3 日以上（できれば 1 週間）を、参加者が自由に設定しました。

②方法

- ・ごみとして捨てた容器包装プラスチックと使い捨てプラスチック製品の日毎の“数”（大きさ・重さは問わない）を、分類別に記入用紙（通常版 32 分類、簡易版 10 分類）に記録していただきました。
- ・提出用紙にはプラスチックの合計数、分別排出の状況、感想・意見等を提出していただきました。

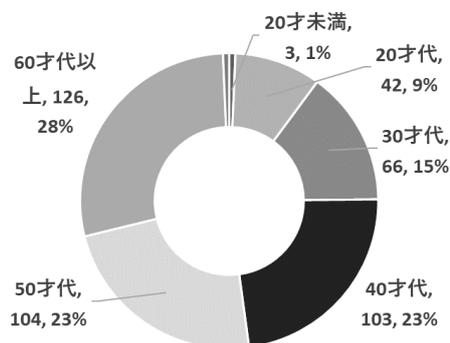
<留意点 2 >

- ・数えたのは「個数」です。重さ・大きさは考慮していません。
- ・参加者にプラスチックの数え方・分類を例示しましたが、実際には参加者の判断に依るところが大きいため、統一性は担保できていません。家族全員のプラスチックを数えたかも確認していません。
- ・数・量としての正確性を追求したデータではなく、およその状況をつかむ資料とご理解ください。

(3) プラごみ調べ参加者の内訳

① プラごみ調べ参加者の人数・構成

- ・447人の提出用紙を集約しました。
そのうちの約9割が地域購買生協の組合員です。
- ・通常版32分類で調べた方が88人、
簡易版10分類で調べた方が359人でした。
- ・年齢では60才代以上が28%で最多でした。
30才代以下を合計すると25%で、40才代、50才代、
60才以上とで、ほぼ4等分でした。
- ・2020年のプラごみ調べにも参加された方は97名
(22%)でした。



	年齢	家族人数								計	平均家族人数
		1人	2人	3人	4人	5人	6人	8人	未回答		
	20才未満	1	1			1				3	2.7
	20才代	6	11	10	11	1		1	2	42	2.9
	30才代	11	17	13	14	7	2		2	66	2.9
	40才代	4	8	29	42	11	4		5	103	3.6
	50才代	10	27	22	32	7	2		4	104	3.1
	60才代以上	11	73	27	9	2	3		1	126	2.4
	未回答								3	3	-
	計	43	137	101	108	29	11	1	17	447	3.0

- ・参加者の居住地は次の通りでした。

大阪市	95	八尾市	11	松原市	5	交野市	2	阪南市	0	能勢町	1
堺市	26	寝屋川市	9	羽曳野市	6	泉大津市	2	熊取町	6	田尻町	0
東大阪市	12	岸和田市	6	富田林市	4	柏原市	3	島本町	4	千早赤阪村	1
豊中市	20	和泉市	5	池田市	3	藤井寺市	7	豊能町	0		
枚方市	15	守口市	1	河内長野市	5	泉南市	0	忠岡町	0		
吹田市	49	箕面市	6	泉佐野市	5	大阪狭山市	2	岬町	0		
高槻市	27	門真市	3	摂津市	12	高石市	1	河南町	0		
茨木市	46	大東市	2	貝塚市	4	四条畷市	0	太子町	0	大阪府計	406
芦屋市	1	神戸市	3	京都市	6	生駒市	1	橋本市	1		
尼崎市	7	宝塚市	1	長岡京市	1	宇治市	1				
伊丹市	1	西宮市	2	八幡市	1	奈良県	2				
加古川市	1	姫路市	1								
川西市	2	兵庫県計	19	京都府計	8	奈良県計	4	和歌山県計	1	未記入	9
										合計	447

2. 家庭の容器包装プラごみ/使い捨てプラごみの数 (375 人分の集計)

- ・プラごみ数の集計は、記入データが不完全なものを除いた 375 人分で行いました。年齢、同居家族人数は右の通りです。
- ・調べた日数に違いがあるので、7日換算して集計しました(ごみの数/調べた日数×7)。
- ・通常版 32 分類の数は、簡易版 10 分類に整理しました。

		家族人数							計	平均家族人数
		1人	2人	3人	4人	5人	6人	8人		
年齢	20才未満	1	1						2	1.5
	20才代	6	10	7	5	1			29	2.5
	30才代	6	15	9	13	4	2		49	3.0
	40才代	4	6	24	36	8	4	1	83	3.7
	50才代	9	24	21	29	4	1		88	3.0
	60才代以上		81	29	10	2	1		123	2.5
	未回答		1						1	2.0
計		26	138	90	93	19	8	1	375	2.9

(1) 7日換算プラごみ合計数

①プラごみ数の平均値 146.8 個。食品関係 77%。容器包装類 73%。(通常版・簡易版統合)

- ・プラごみ数の平均は 146.8 個でした。
- ただし、最多が 655.7 個、最少が 7.9 個で、ばらつきが非常に大きくなっています。
- ・平均 145.7 個のうち 112.6 個 (77%) が食品関係 (表の分類 1～5) でした。
- ・容器包装類 (表の「容器本体」と「フタ・留具・ラベル・ラップほか」) は 106.1 個 (73%)、製品類 (表の「製品本体」と「本体」および「食品ラップ」) は 37.9 個 (26%) でした。
- (注)「食品ラップ」は使用サイズに関係なく 1 枚捨てる毎に 1 個とカウント。
- ・レジ袋・ポリ袋、配達用袋類はそれぞれ 7 個前後でした。

1. 飲料・酒					2. 食品				平均調査日数	3.8日							
容器本体			フタ・留具・ラベル・ラップ その他	合計	容器本体		フタ・留具・ラベル・ラップ その他	合計	平均同居家族人数	2.9人							
ペットボトル	ペット以外のボトル	外袋・カップ・トレイ・チューブなど			ペットボトル	ペット以外のボトル・外袋・カップ・トレイ・チューブなど											
8.3	1.3	0.8	7.9	18.3	4.4	41.2	24.5	70.0									
3. 添付の使捨食器				4. 自分で購入した使捨食器				5. 食品ラップ									
製品本体	容器本体	フタ・留具・ラベル・ラップ ほか	合計	製品本体	容器本体	フタ・留具・ラベル・ラップ ほか	合計	合計									
2.4	1.9	2.8	7.2	0.7	0.4	0.4	1.4	15.8									
6. 生活用品				7. ベット													
製品本体	容器本体	フタ・留具・ラベル・ラップ ほか	合計	製品本体	容器本体	フタ・留具・ラベル・ラップ ほか	合計										
6.6	5.6	5.7	17.9	0.4	0.4	0.3	1.1										
8. レジ袋・ポリ袋			9. 配達用の袋類			10. その他・不明											
本体	その他	合計	本体	その他	合計	容器本体	その他	合計									
6.0	1.0	7.0	6.0	0.7	6.8	0.7	0.7	1.5									
総合計	平均値	146.8															
	最大値	655.7	ごみ数内訳	50未満	50~100	100~150	150~200	200~250	250~300	300~350	350~400	400~450	450~500	500~550	550~600	600~650	650~700
	中央値	123.7	人数	64	88	66	62	37	25	21	5	1	2	1	1	1	1
	最小値	7.9	構成比	17.1%	23.5%	17.6%	16.5%	9.9%	6.7%	5.6%	1.3%	0.3%	0.5%	0.3%	0.3%	0.3%	0.3%

(参考) 通常版 32 分類のプラごみ数

- ・通常版 32 分類 (平均同居家族数 3.0 人) のごみ合計数の平均値は 200.6 個で、全体の平均値より多くなりました。
- ・食品関係が 77% を占め、上位は「5 生鮮」→「7 冷蔵加工食品」→「9 菓子」→「16 食品ラップ」→「1 ペットボトル (飲料・酒)」の順でした。
- ・食品関係以外では、「17 医薬品・コンタクト」が多く、「26 買物時のレジ袋・ポリ袋」→「20 ゴミ袋」→「27 宅配・生協等の配達用ポリ袋」の順でした。

1	2	3	4	5	6	7	8	
ペットボトル (飲料・酒)	ペットボトル 以外 (飲料・酒)	弁当、寿司、 パスタ、おに ぎり、サンド イッチ等	刺身、総菜 等	生鮮(米、野 菜・果物、肉・ 卵、魚介等)	冷凍食品	冷蔵加工 食品	常温加工 食品	
17.5	2.5	6.7	4.8	22.4	7.6	20.3	9.5	
9	10	11	12	13	14	15	16	
菓子(冷凍・ 冷蔵・常温)	パン類	ペットボトル 調味料(醬 油、ノンオイ ルドレ等)	調味料(油、 ソース、 チューブ・袋 入等)	(食品) その他	飲料・弁当・ 食品添付のス トロースプーン ・ハラン・造花等	単品購入した ストロー・スプ ーン・ハラン・容 器等	食品ラップ	
20.0	6.6	1.4	5.1	4.8	5.9	0.3	18.8	
17	18	19	20	21	22	23	24	
医薬品・ コンタクト	化粧品・石け ん・シャン プー・洗剤・ 紙類	台所用品 (食器以外)	ゴミ袋	衣類・靴	本・文具・雑 貨・電気製品	レジャー・ス ポーツ・園 芸・おもちゃ	(生活用品) その他	
17.2	2.9	0.4	5.2	1.1	1.0	0.2	1.3	
25	26	27	28	29	30	31	32	7日換算 合計
ペットフード・ ペット用品	買物時のレジ 袋・ポリ袋	宅配・生協等 の配達用ポリ 袋	ダイレクトメー ル封筒 等	梱包材・ 緩衝材等	新聞、クリー ニング等の袋	(レジ袋等) その他	その他 ・不明	
0.4	5.3	4.1	3.1	1.3	1.3	0.7	0.8	200.6

②同居家族人数によるプラごみ数の違い

- ・同居家族人数が 3 人までは、人数が増えるに従って、プラごみ数が増えています。
- ・3 人以上になるとプラごみ数は同程度になりました。

同居家族人数 (調べた人を含む)	平均値	中央値	回答数
1人	99.3	71.2	36
2人	140.3	100.6	128
3人	167.5	159.8	90
4人	150.9	119.0	93
5人以上 (平均5.4人)	157.7	163.3	28
合計	146.8	123.7	357

3. 調査後の意識の変化

・参加者には「調査後の意識」について、以下の質問に3択で回答していただきました。

<設問>

「調査前と比べて、買い物やゴミ出しをする時にプラごみについて意識するようになりましたか？」

<選択肢>

「調査前から意識していた」 「意識するようになった」 「変わらない」

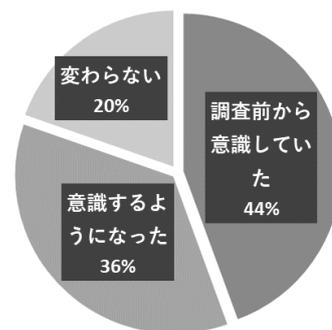
・全体では「意識するようになった」が36%で、「調査前から意識していた」を合わせると8割を占めました（右グラフ）。

・「2021のみ参加者」では、「意識するようになった」36%、「変わらない」23%です。プラごみ調べが一定層の意識変化を促したと言えます。

・「2年連続参加者」は「2021のみ参加者」より相対的にプラごみへの関心が高い人が多いと考えられます。回答でも「意識するようになった」「調査前から意識していた」の合計が9割を超えています。

・年代別では、30歳代以下・40歳代と50歳代・60歳代以上で違いがあります。

30歳代以下・40歳代は「調査前から意識していた」が27%・37%で、50歳代・60歳代以上より少なくなっています。「意識するようになった」は42%・35%と同じかやや多くなっていますが、「変わらない」は32%・28%で50歳代・60歳代以上より約3倍多くなっています。



調査後の意識	30歳代以下		40歳代		50歳代		60歳以上		計	
	回答数	割合	回答数	割合	回答数	割合	回答数	割合	回答数	割合
調査前から意識していた	26	27%	37	37%	57	58%	68	55%	188	44%
うち2年連続参加者	5	45%	9	45%	17	63%	23	64%	54	57%
うち2021のみ参加者	21	24%	28	35%	40	56%	45	52%	134	41%
意識するようになった	41	42%	35	35%	32	32%	44	36%	152	36%
うち2年連続参加者	4	36%	8	40%	8	30%	13	36%	33	35%
うち2021のみ参加者	37	43%	27	34%	24	33%	31	36%	119	36%
変わらない	31	32%	28	28%	10	10%	11	9%	83	20%
うち2年連続参加者	2	18%	3	15%	2	7%	0	0%	7	7%
うち2021のみ参加者	29	33%	25	31%	8	11%	11	13%	76	23%
合計	98	100%	100	100%	99	100%	123	100%	423	100%
うち2年連続参加者	11	100%	20	100%	27	100%	36	100%	94	100%
うち2021のみ参加者	87	100%	80	100%	72	100%	87	100%	329	100%

4. 消費者 447 人の声

- ・提出用紙には、記述回答欄として、次の 3 項目を設けました。
 - 「不要と感じた容器包装プラ・使い捨てプラ」
 - 「プラごみを減らすための工夫、提案、意見」
 - 「その他、感想・意見」
- ・記述回答の傾向、注目した記述内容を紹介します。

(1) 「不要と感じた容器包装プラ・使い捨てプラ」

①食品の多重包装

- ・100 件以上の声があり、最も多かったのが、食品の多重包装に関わる指摘です。
 - 「今回、スーパーの食品売り場がごみの山に見えた」との声もありました。
- ・そのうちのほぼ半数を占めたのがトレーです。
 - 野菜・果物、肉、魚、冷凍食品、菓子などで不要なものがあるとの声でした。
- ・菓子などの個包装が不要との声が 30 件近くありました。
 - 外包装を紙製にできないか、個包装の有無を消費者が選択できるようにしてほしいとの声もありました。
- ・野菜・果物の外包装について、無くても良いもの、過剰なものがあるとの声もありました。

②ペットボトルのラベル

- ・ペットボトルのラベルが不要との声が 45 件ありました。

③添付のストロー、スプーン類

- ・乳製品などに添付されていたり、店舗で渡されるストローやスプーン等が不要との声が 20 件以上ありました。

④ balan、飾り

- ・寿司、刺身や肉のパックに入っている balan や飾りが不要との声が 15 件ありました。

⑤その他

- ・宅配の梱包材が不要、多すぎる (10 件超)
- ・レジ袋をつい買ってしまふ、レジ店員が小分けするポリ袋・買物を詰めるサッカー台に置かれているポリ袋 (10 件超)
- ・弁当、総菜、テイクアウト等の容器 (10 件超)
- ・ダイレクトメールの封筒、食品添付の調味料、ペットボトル、衣服類の包装・留め具・タグ (5 件)
- ・パン留め具、たまごパック、化粧品外箱のフィルム (4 件)

■不要と感じないとの声も

- ・「プラスチックに代わるものが思いつかない」「今の時代、個包装をしていないものには不安」という声もありました。

(2)「プラごみを減らすための工夫、提案、意見」

消費者、事業者・行政（国）に分けて、紹介します。

<消費者の取組>

①プラでないものに変える・選ぶ

- ・自然素材を使う・選ぶ

ラップの代わりに容器、シリコン、蜜蝋などを使う、割り箸は紙袋入り、ストローは紙・金属、綿棒は紙軸、台所スポンジを麻ひもたわしに、植木鉢を素焼きに、古新聞をプラひもで結ばず紙袋で出す

- ・できるだけ手作りする

テイクアウト弁当を買わない、お茶は自宅で沸かす、ペットボトル飲料を買わずマイボトル、炭酸水メーカーを使う、お酢とミカンの皮で洗剤に、野菜・花を家庭菜園・貸し農園で

- ・生ゴミは水切りをして新聞紙・広告に包んで捨てる
- ・商店街の八百屋等、ばら売りしている店で買う

②プラ量を減らす・少ないものを選ぶ

- ・不要なもの、プラの多いもの、個包装のものを買わない
- ・大容量パック、詰替用を使う
- ・ごみ量を減らして小さいごみ袋を使う、ゴミ捨ては目一杯つめてごみ袋を減らす

③プラを断る

- ・お店で断る、「いらない」「そのままで」と伝える
- ・エコバッグを使う、マイ箸・マイスプーン・マイストロー・マイカップを使う

④プラを再利用する

- ・プラ包材をゴミ袋に使う
- ・ヨーグルトパックで野菜保存
- ・（衛生面に気を付けて）ラップを複数回使う

⑤リサイクルする

- ・きちんと分別、積極的にリサイクル

⑥その他

- ・処分することを考えて購入する
- ・ポイ捨てしない
- ・買い物回数を減らす
- ・プラごみ減らしの工夫を子どもに教える
- ・地球規模の危機感を持つ
- ・脱プラ先進国に学ぶ
- ・事業者の取組を知る
- ・食品メーカー、販売店に声をあげる
- ・一人ひとりが少しずつでも行動する

<事業者・行政（国）の取組>

- ・プラでないものを増やし、消費者が選択できるようにする
包装の簡素化、自然素材の開発、ビンでの提供、量り売り・容器持参を広げる（割引を付ける）、事業者が回収・リユースする商品を販売、野菜の袋入り販売をやめる、緩衝材を紙製に、ラベルをはがしやすくしリサイクル容易に
- ・スプーン、ストロー等使い捨てプラ製品の禁止・有料化
- ・ペットボトル飲料の廃止、自販機にペット飲料を置かない
- ・給水器を設置する
- ・プラの価格を上げる
- ・事業者負担で回収・リサイクル・廃棄する
- ・ペット、プラ、トレーの回収ステーションの設置、分別排出にポイント
- ・トレー、たまごパックの自治体・自治会での回収
- ・自治体のリサイクル・ルールの一統
- ・リサイクル後にどう活用されているかを知らせる
- ・レジ袋の代わりに指定可燃ゴミ袋を販売（千葉市の取組）
- ・学校、自治体の啓発、取組強化
- ・ペットボトルのキャップ集め等キャンペーン実施
- ・脱プラ先進国に学ぶ
- ・心にゆとりのある暮らしができる世の中に

(3) 「その他、感想・意見」

ここでは、具体的な声（記述回答文）を紹介します。（*趣旨を変えない範囲で省略、修正しています。）

①プラごみの多さの声

<p>ありとあらゆる食品の包装にプラスチックが使われていて、大変保存には便利ですが、分別したプラゴミが多く、3日間でしたが、枠におさまりきれないのではないかと心配しました。</p>	<p>実際に数を数えてみると、プラゴミの多さに改めて気づくことができました。食品関連のプラゴミは普段から多く感じていたが、生活用品のプラゴミが思っていたより多く、意外でした。</p>
<p>食品に関係するプラゴミが多いことに改めて気づいた。燃えるゴミよりも多い…。スーパーの食品売り場にはプラスチックがいっぱいだと感じた。</p>	<p>毎日たくさんのプラごみを出しているなと思いました。消費者側が減らすのも難しいですが、コツコツと1人1人が意識すれば変わるのかなと思います。</p>
<p>1日生活する中で、こんなにプラを使っていたことを知り、びっくりして怖くなりました。意識して使い捨てをしないようにして、こんだけあるのに意識していなかったら、どんだけあるのか…怖いのです。</p>	<p>プラを見るたびにカウントしはじめてしまう。プラゴミが多いことを気づくことができた。これまでもプラゴミはまとめてすてて、そのゴミの日には1つだったり2袋だったりしながらとくに意識していなかったが、今回試してみ、なんか心がいたむ。多すぎだ、プラゴミ。</p>
<p>コロナ禍で外食が減りテイクアウトが増えた。テイクアウトするとプラスチックがすごく増える。</p>	

<p>ごみ箱に捨てるたびに「正」を書き足していく作業が1日の中でとてもひんぱんに、それだけゴミが多いんだなと思いました。</p>	<p>保存や温めのためにラップを使用したり、プラスチックゴミを思ったより出していることが分かりました。プラスチックゴミといえば、レジ・ポリ袋や使い捨て食器のイメージが強かったのですが、お菓子の個包装や薬のシートなど、身のまわりに溢れていると気づきました。</p>
<p>今回やってみて生活にどれだけプラを使ってるかを感じた。もう個人だけではだめ。企業、国でもやるべき。そしてそれを Reason に Tax をあげる！とかしょーもない事、言うのはゆるさない。</p>	<p>自分で思っていた以上に捨てていましたが、他の方と比べて多いのか少ないのかが気になりました。プラゴミなどの分別は徹底して行っていますし、それなりの意識はあったと思ってましたので。</p>
<p>マイバッグ (ECO バッグ) が普及しているので、プラスチックゴミの量もたいした量ではないと思っていましたが…まだまだ多いと実感！</p>	

②様々な感想の声

<p>どうやったらプラゴミが減るか考えることが楽しかったです。節水・節電・節プラですね！</p>	<p>これは自分たちの考えなくやってる行動を見える化すること。みんなやってみて感じ。そしてその後、どう考えるかをたくさん書いてもらい next step の提案を、又みんなとやればどんどんすばらしいアクションが広がると思う。</p>
<p>まずは自分個人として、リサイクルの意識とレジ袋をもらわないようにするという意識でいきます。</p>	<p>プラゴミを減らすには、今より少し生活に手間ひまをかけることが必要かなと感じました。</p>
<p>プラごみを減らすために簡易包装している企業はエライと思い、そちらを購入するようにしている。</p>	<p>心のゆとりがある暮らしができれば、少しぐらい不便でも許容でき、プラスチックがない生活を受容できるのではないかな？世の中がゆとりのある世の中にならないと…</p>
<p>はかり売りがもっと広がればいいと思う。家庭での工夫には限界があると感じるので企業レベルでの取り組みが望ましい。</p>	<p>今までプラゴミに無頓着だった夫が、「チョコ食べたいけど、またプラゴミでるから我慢しようかな」と殊勝なつぶやき。一方的に夫に「脱プラしてっ!」とせまると摩擦がおきるので、少しずつ、ゆるやかにを心がけています。が、思いがけず昨日、環境大臣のプラごみ新法案の講演にひどく感じ入り、「今後はコンビニ弁当でスプーンはもらわない!」と宣言したのには驚きました。</p>
<p>ゴミ調べで普段なにげなく捨てている物も、少し考えるとゴミにならない工夫ができることがわかりました。</p>	<p>国が TVCM などでもプラゴミの状況など発信すればいいのになと思いました。</p>
<p>ひとつひとつの包装にプラ回収マークがついている。多さにびっくりしました。何気なく使い捨てていたプラごみを調べることは、とっても有意義でした。包装に対して企業へのお願いはできるのでしょうか。</p>	
<p>事業者のとりくみを知る機会があると消費者としてできることを知るきっかけにもなって良いと思う。</p>	

<p>世の中がプラスチック製品に頼りすぎているのが考えさせられました。知らず知らずのうちにプラスチック製品を選び、購入していたので、購入する時から意識を持つ事が改めて大切であるか再確認できました。</p>	<p>毎日たくさんのプラごみが出ます。減らす努力はするけどなかなか減らない現実がもどかしい。分別すれば資源、混ぜればゴミと思って生活しているが、他の家族とも心の持ち方、考え方の違いがあって難しい。</p>
<p>コロナ禍でマスクが必需品となり、効果があるのは不織布だということで、毎日使用することになった。家族全員が毎日使い捨てるとその量がとても気になる。段ボールやお菓子の箱、薬味チューブの箱まで集めてリサイクルに出しているのが、日本の過剰包装にはびっくりしてしまう。それを好んで買う消費者の意識が変わらないと…。</p>	<p>これほど災害等が巨大化し、又コロナなどで人類そのものの生活を省みなければならなくなっているにもかかわらず（しかも十数年以上前から）環境への配慮がまだまだ足りず（自分も含め）世界的な指導者の会議でも「・・・2050年までには」などというのを聞くと、危機意識が感じられないですね。</p>
<p>プラスチックごみが川から海に流れ、やがて太陽光などでマイクロプラスチックになり、魚の口に入り、それを食べる人間に。これからどういう影響があるのか心配です。</p>	<p>ペットボトルのラベルがなくなったり小さくなったり、包装が簡易化されたりと、企業努力が感じられる場面は増えたように感じるが、自治体や一般家庭における変化をマイバックを使う人が増えたこと以外からはあまり実感できない。例えば、家庭のごみの出し方を見ている、面倒くさいからなのか、ひとりぐらいやらなくてもという思いなのかはわからないが、いっしょくたに捨てられている光景を見ることも少なくない。学校等の教育現場や自治体において、今以上に意識していけるような取り組み、啓発活動が必要だと思う。</p>
<p>何気なく捨てたプラごみがマイクロプラスチックになり、将来、人間の健康に影響すると思うと、暗澹たる気持ちになります。他人事ではなく、自分のこととして日々意識して生活すべきだと思います。</p>	<p>コロナ禍で必需品となったマスクの原材料はプラスチックだと知り、また、海洋ごみにもなっていることにおどろき、ショックだった。また、ごみとして出したその後のゆくえや環境への影響、人体への影響を知ることでも少しでも減らす行動ができるようになると思います。プラごみに関する学習会はいろんな団体でもされているかもしれませんが、プラごみ調べも知ってもらい取り組んでもらえたら良いと思います。各自、意識を持つことが大事なことだと思います。</p>
<p>プラごみを減らす事は大事だけど、それでストレスや我慢が増えたり、増える事でやる気がなくなったり、する人としらない人の差は縮まない事…それならば環境に負担を掛けない物を作れば良い。包装技術を向上させて消費期限を伸ばしたりする努力、日本人は我慢に光を見るが、新しい技術開発にももっと目を向けるべき。我慢は美德かもしれないが、全てにではない。無駄なレジ袋削減で余計に増えた無駄を感じ考え、より皆が協力できるよう、そういう所に税金を使うべき。</p>	<p>有料化やポイントなど消費者の利己的行動に委ねるのはまちがいの。消費者が削減するものではない。何で回収を行政が税金でやっているのか。事業者負担させるべし。</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・小売の形態を変える。ヨーロッパなどのように、バラ売り、計り売りで、消費者が袋を持参する。 ・プラスチック原料の価格を政策として上げる。 <p>国の施策として取り組まなければ、効果は低いと思う。</p>	

③前回参加者の比較の声

<p>昨年調べた時、あまりの多さにびっくりしたので、それから意識して生活するようになり、今年は少し減ったように思います。そのおかげか最近プラゴミが減って嬉しいです。</p>	<p>プラゴミ調べをして、本当にたくさんのプラスチック製品があることがよくわかります。そして大量のプラゴミがでることも。今後、より意識をして、買い物やラップなど使い方にも気をつけてプラゴミを減らしていこうと思います。</p>
<p>昨年のステイホームで始めたコンポスト作りをきっかけに、「コープのプラゴミ調べ」に参加して、その後「プラスチック・フリー生活」という本を読んだことにより、脱プラライフを加速させましたので、昨年との比較をしたくて参加しました。</p>	<p>前回のプラゴミ調べの後、ゴミ箱やラップをほとんど使わなくなりました。最近は洗いやすい保存容器やラップ代わりのフタがいろいろと増えていて便利です。水筒もパッキンだけの販売を見かけるようになりました。『洗いやすい』詰め替えやパッキンなど、『必要な部分だけ買える』が増えるとうれしいです。</p>
<p>家族の協力のおかげで分別が徹底して出来ているので満足です。これからの子ども達の未来のためにキレイな地球を守っていきたいです</p>	<p>レジ袋が有料になったので、エコバックを使うようになり減らすことができました。</p>
<p>1日あたりの数にあまり変化がなかった。意識はしていたが、やはり食品が入っている容器包装プラスチックを減らすことに限界を感じる結果となった。調べるにあたって2回目であったこともあり、同居家族の協力が思った以上に得られたことは収穫であった。</p>	<p>プラゴミが生ごみや一般ゴミよりどんどん増えていると感じます。今年は、個包装や個別使用が増えたので、更に増えてしまいました 調べる事でくらしのチェックにつながり、気付きにつながり、次の思考へと変化することを実感している。みんな1人ひとりの行動が大事だと思う。小さいことからコツコツと広げたい。</p>

④分別・再利用についての声

<p>クサリのシート etc 以前は普通ゴミに捨てていたがこのアンケートを行うようになってから、小物専用の箱を用意してゴミ分別をするようになった。家族にも協力してもらおうようにした。</p>	<p>減らすばかりでなく、再利用や原料を変えてはどうなのか？ プラ=悪ではないと思う。必要性があるからプラを利用している。しっかりリサイクルできればいい。</p>
<p>プラごみがほんとうに多いことにおどろきました。分別すれば良い問題ではなく、減らしていく取組みが必要だと思いました。</p>	<p>プラゴミが多いのも問題だと思うが、それよりきちんと分別しなかったり、道や街の中にポイ捨てる方がいけないと思う。1人1人が自分で出したゴミは、家に持ちかえり分別した後、リサイクル or 地域の指定にそった廃棄方法に従った捨てる方をすれば、河や海へ流れるプラが減るのではと思う。</p>
<p>プラだけですごい量を捨てているのにびっくりした。それを分別して捨てる手間と努力は大変なので、最初から unnecessary プラゴミを減らしていくように消費者、販売者それぞれ頑張らないといけないと思った。</p>	

<p>品物によって材質・形が色々で再利用は難しそう。紙とプラの区別がわかりにくかった。</p>	<p>茨木市はプラゴミも燃えるごみとして回収してくれるので、あまり深く考えた事がなかったが、これを機会に意識してみようと思います。</p>
<p>プラスチックの削減も意識して取り組んでいますが、汚れてるプラを洗うとき水のこと考えてしまい、水の資源は大丈夫なのか心配になってしまいます。</p>	<p>吹田市がプラスチックゴミの分別をしていないので、まったく気にしていませんでした。今回これに参加して9割がプラスチックなのに驚きました。商品の袋やケースを見てたしかめるようになりました。</p>

⑤プラスチックの有用性・必要性にふれた声

<p>便利なプラスチックなのでなくならないし、忙しい時に買い物をするとやはり冷凍食品、総菜など丁寧な包装されているものを利用してしまいます。買い物から家に持ち込まないようにプラスチックを見つめていきます。</p>	<p>プラスチックはあらゆる分野で生活を便利にしてきた。プラスチックがない世界を想像できないくらいだ。①プラスチックの利用量を抑えて「不便」を受け入れる②代替の環境にやさしい素材を開発する③リサイクルを徹底する④不法投棄を許さない。社会がこぞって協力しあうことが大事。</p>
<p>プラスチックは軽くて、丈夫ではありますが、環境破壊になって様々な問題が出てきています。いきなり、全て切り替えることは難しいですが、プラゴミを減らすという意識はずいぶん強くもつようになりました。少しずつ出来ることから取り組んでいきたいです。</p>	<p>食品は保存上、使用しやすい等の点で個包装のものが多いためプラごみが増えてしまいます。商品を丁寧に扱うことで止むを得ない気がします。</p>
<p>プラスチックのものを使わずに生活することは至難の技と感じた。でも、ひとりひとりが意識して減らす努力をすることが大事なんだろうと思った。</p>	<p>もしペットボトルやプラ容器の需要がなくなってきたら、それを製造されている会社さんはどうなるのでしょうか？一概に使用を止めればよいとは言えないと思います。</p>

5. 家庭のプラごみ調べ 2021 のまとめ&呼びかけ

2020年に続いて取り組んだ「家庭のプラごみ調べ 2021」には447人の参加がありました。地域や参加者層が広がり、前回同様たくさんの「声」を寄せていただきました。ありがとうございました。

その中から見えてきたことをまとめ、呼びかけます。

(1) 自分が捨てるプラごみを見つめることから

消費者が日々の暮らしの中で気づき、考える“きっかけ”として、自分が捨てているプラごみを見つめてみることには、とても効果があることを再確認できました。

「家庭のプラごみ調べ」のフォームも使い、気軽に始めましょう。

(2) 科学の知見に学び、プラごみ対策の緊急性を共有しましょう

プラごみ問題をどう解決するかは大変難しい課題で、お寄せいただいた「声」にも意見の違いがありました。違いがあって当たり前ですから、一つ一つの「声」を受け止めあって考える姿勢を大切にしたいと思います。

一方、最新の科学の知見は、プラスチックが急速・大量に使われるようになった結果、当初は知られていなかった悪影響－生態系汚染・温暖化の一因となることから人体への影響まで－を及ぼすリスクを明らかにしつつあります。既に環境中に拡散したプラスチックの回収は不可能で、実際に悪影響が生じることが確認されても回復は困難とも指摘されています。

ですから、リスクを放置して使い続けるのではなく、今すぐ対策を強める必要があることについて広く共有しましょう。

(3) 3Rの優先順位で、それぞれ大胆な取組を進めましょう

リデュース（減量）、リユース（再利用）、リサイクル（再生）の3Rを、この優先順位で取り組むことが、ごみ減量の一般的な原則です。

プラごみ問題も一つの手法で一気に解決することはできません。リデュースを最優先に進めつつ、3つのRそれぞれを大胆に取り組むことを考えましょう。

(4) プラごみ減らしを楽しみましょう

消費者は、自らのくらしを見直して、少しずつではあってもプラごみを減らすことができます。

(2)「プラごみを減らすための工夫、提案、意見」の<消費者>の欄(P10)も活用し、できることからチャレンジし、無理せず長続きさせましょう。

*参考「プラごみ減らしを楽しむ」(次ページ)

(5) 企業・行政にも「声」を届けましょう

一方、消費者だけの努力でプラごみを大きく減らすことはできません。プラスチック量が少ない商品、使っていない商品を探すだけでも大変です。企業の努力や社会全体での取り組みが欠かせません。

そのための消費者の大切な役割として、くらしの中で気づいたこと、感じたこと…「この包装は過剰では?」「こんな情報を知りたいです」など、ちょっと勇気を出して、企業や行政に伝えましょう。

～～～ プラごみ減らしを楽しみましょう ～～～

- ・私たち消費者は、プラスチックをくらしのあらゆる場面で使っていますから、プラごみを減らす時には、自分のくらし方を少し変えることが必要になります。ですから、義務的に考えたり、無理に感じたりするプラごみ減らしだと、長続きさせるのが難しいことが多いのではないのでしょうか。
- ・それぞれのくらしの中で、プラスチックの有用性が必要な場面はたくさんあり、時と場合に応じて変わっていきます。その変化の中で、自分にできそうなことをやってみる（負担であれば元に戻す）ことの繰り返しを大切にして、くらしの見直しをしていきませんか。
- ・プラ以外のものを探すこと、プラ以外の素材の良さを見つけること、環境への影響を少し減らせたことを喜ぶことなど、プラごみ減らしをくらしの中で楽しみましょう。
- ・プラごみ減らしを楽しくできたら、家族、職場、友人など周りの人と共有したり、SNS で発信したりして、楽しさを広げましょう。

* 家庭のプラごみ調べ 2020 記入表 (通常版 32 分類)

容器包装プラごみ・使い捨てプラごみ調べ 記入票

■ プラごみが、どの品目に当たるかの判別は大まかで結構です。分からないもの、迷ったものは「その他」に記入してください。

1日目(月 日)

品目	No.	説明	写真	容器本体			
				容器本体	フタ・留具	ラベル・ラップ ラベル・ラップ 仕切り	個包装・ 添付品他
飲料・酒	1	ペットボトル					
	2	ペットボトル以外					
弁当・総菜	3	弁当、寿司、パスタ、おにぎり、サンドイッチ等					
	4	刺身、総菜等					
食品	5	生鮮(米、野菜・果物、肉・卵、魚介等)					
	6	冷凍食品					
	7	冷蔵加工食品					
	8	常温加工食品					
	9	菓子(冷凍・冷蔵・常温)					
	10	パン類					
	11	ペットボトル調味料(醤油、ノンオイルレ等)					
	12	調味料(油、ソース、チューブ・袋入等)					
	13	その他					

●「容器本体」は
ボトル、袋、カップ、
トレー、チューブ、
フィルム、ネットな
ど。
●添付の調味料、薬
味、シロップ等は
「個包装・添付品他」
に記入。(添付品の
容器、フタ等が別々
の時は、それらの合
計数)
●2連・3連パックは
それぞれの数を記入。
(例) コーヒーゼリー
3連パック
・全体のフィルム1、
ゼリー容器本体3、
ゼリーのフタ3
・コーヒーフレッシュ
容器3+フタ3=「個
包装・添付品他」欄に
6と記入
・スプーン製品本体3
+容器本体3(「使い
捨て食器14」欄に)

品目	No.	説明	写真	製品本体			
				製品本体	容器本体	フタ・留具 ラベル・ラップ 仕切り	個包装・ 添付品他
使捨て 食器	14	飲料・弁当・食品添付のストロー・スプーン・ハラン・造花等					
	15	単品購入したストロー・スプーン・ハラン・容器等					

●添付のもの、単品で購
入したものを分けて記入。

品目	No.	説明	写真	製品本体	容器本体	フタ・留具 ラベル・ラップ 仕切り	個包装・ 添付品他
ラップ	16	食品ラップ					

●自分で購入した食品ラッ
プを使った時に記入。

*使った大きさに関わりなく、
ゴミとして捨てた枚数

品目	No.	説明	写真	製品本体			
				製品本体	容器本体	フタ・留具 ラベル・ラップ 仕切り	個包装・ 添付品他
バス・ トイレ・ キッチン・ 洗面・	17	医薬品・コンタクト					
	18	化粧品・石けん・シャンプー・洗剤・紙類					
	19	台所用品(食器以外)					
	20	ゴミ袋					
その他 生活用品	21	衣類・靴					
	22	本・文具・雑貨・電気製品					
	23	レジャー・スポーツ・園芸・おもちゃ					
	24	その他					

●「製品本体」は
1回使い捨てのプ
ラスチック製品を
捨てたときに記入。
●ゴミ捨ての際の
外袋も記入。

品目	No.	説明	写真	製品本体	容器本体	フタ・留具 ラベル・ラップ 仕切り	個包装・ 添付品他
ペット	25	ペットフード・ペット用品					

●ペット関連のプ
ラごみを記入。

品目	No.	説明	写真	本体		その他	
				製品本体	容器本体	製品本体	容器本体
買い物・ 配達用袋など	26	買い物レジ袋・ポリ袋					
	27	宅配・生協等の配達用ポリ袋					
	28	ダイレクトメール封筒など					
	29	梱包材・緩衝材など					
	30	新聞、クリーニング等の袋					
	31	その他					

●レジ袋など商
品購入時に事業
者にもらう袋や、
配達に使われて
いるプラ製の包
材を記入。

品目	No.	説明	製品本体	容器本体	その他
その他	32	その他・不明			

* 家庭のプラごみ調べ 2020 記入表 (簡易版 10 分類)

容器包装プラ・使い捨てプラごみ調べ(簡易版) 記入票

		調べた日(連続3日以上): 月 日 ~ 月 日 (日間)			
		容器本体			
		 のマークがある ペットボトル	 以外の ボトル	袋、カップ、トレー、チューブ、フィルム、 ネットなど (ボトル以外すべて) 	フタ・留具 ラベル・ラップ 仕切り その他
1	飲料・酒				
2	食品 (飲料・酒以外の食品すべて) 弁当・総菜 生鮮・加工・冷凍・冷蔵 菓子・パン・調味料など				
3	使い捨て 食器	* 食品購入時に 添付のもの ・スプーン、フォーク、 ストロー、マドラー、コップ、 バラン、遣花など 	製品本体	容器本体	フタ・留具・ラベル ラップ・仕切り その他
4		* 自分で購入 したもの 			
5	食品ラップ * 自分で購入したもの * 使った大きさに関わりなく、 ゴミとして捨てた枚数を記入→ 				
6	生活用品 (食品・食器・食品ラップ以外すべて) ・医薬品・コンタクト、化粧品、 洗剤・シャンプー(詰替)、雑貨、 衣類・靴、電気製品、文具、本、 スポーツ、おもちゃ、園芸など 		製品本体	容器本体	フタ・留具・ラベル ラップ・仕切り その他
7	ペットフード ペット用品 		製品本体	容器本体	フタ・留具・ラベル ラップ・仕切り その他
8	レジ袋・ポリ袋 * 買い物時に店舗が提供する 商品を入れる袋 		本体		その他
9	配達用の袋類 宅配・生協等の配達用ポリ袋、 タレ外メール封筒、緩衝材、 新聞・クリーニングの袋など 				
10	その他・不明 * 自分で購入したもの * 使った大きさに関わりなく、 ゴミとして捨てた枚数を記入→		容器本体		その他

この報告書を含めて、「家庭のプラごみ調べ」に関わる資料（pdf ファイル）は
大阪消団連の web サイトで公開しています。自由にご活用ください。

<https://hb8.seikyou.ne.jp/home/o-shoudanren/pr.html>

家庭のプラごみ調べ



お問合せ

全大阪消費者団体連絡会（大阪消団連）
〒540-0026 大阪市中央区本町 2-1-19-430
TEL.06-6941-3745（平日 10～17 時）
e-mail : o-shoudanren@mb8.seikyou.ne.jp