



< 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
2024

158 人の声

2025 年 2 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 2024 の概要	P1
(1) プラスチック調べの目的	
(2) プラスチック調べの内容	
(3) プラスチック調べ参加者の内訳	
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	P3
(1) 7日換算プラスチック合計数	
3. 調査後の意識の変化	P5
4. 消費者 158 人の声	
(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」	P7
(2) 「プラスチックを減らすための工夫、提案、意見」	P8
(3) 「その他、感想・意見」	P9
5. 家庭のプラスチック調べ 2024 のまとめ&呼びかけ	P14

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 2024 (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に吸着した有害物質が、誤食した生物の体内に移行し、生物濃縮がおきています。大気中にもナノサイズのプラスチックが浮遊しており、呼吸によって肺に取り込まれています。ヒトの健康に悪影響を及ぼしている懸念が強まっており、科学による早期解明が期待されます。

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、2020 年からプラスチック調べを実施しています。

5 年間の参加者はのべ 1,444 人です。

<留意点 1 >

- ・プラスチック調べは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 2024 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。
- ・2024 年は簡易版 10 種類の記入用紙で行いました。（2020～21 年は通常版 32 分類、簡易版 10 分類の 2 方式からの選択制。2022 年から簡易版 10 種類のみで実施。）

①期間

- ・2024 年 6 月～11 月の間に、各参加者が連続 3 日以上、調べました。

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、各参加者が分類別に記録し、プラスチックの数、感想・意見を提出しました。

<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ている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ありませんので、プラスチックの数についてはある程度の傾向を示すものをご理解ください。

(3) プラごみ調べ参加者の内訳

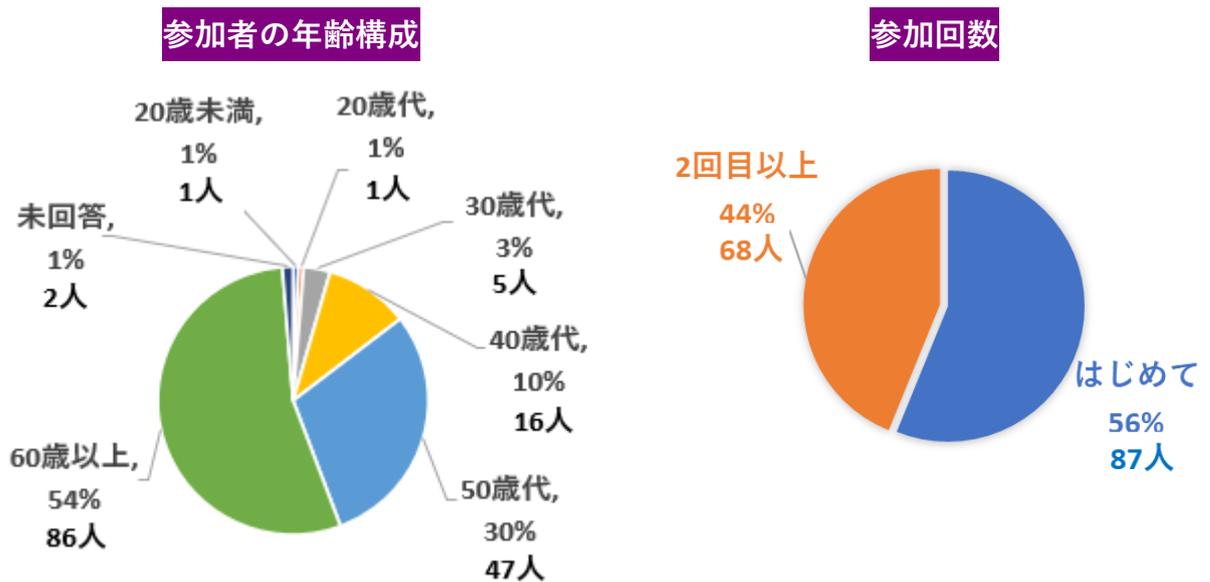
① プラごみ調べ参加者の人数・構成

・ 158 人の提出用紙を集約しました。

年齢は 60 歳代が 50% を超え、50 歳代を合わせると 80% を超えます。

同居家族人数（本人含む）は 2 人が 40% を超え、3 人が 25% でした。

初めて参加された方が 50% を超えています。



	年齢	同居家族人数（本人を含む）					計	平均同居 家族人数
		1人	2人	3人	4人	5人		
	20歳未満			1			1	3
	20歳代	1					1	1.0
	30歳代			3	2		5	3.4
	40歳代	2	2	5	6	1	16	3.1
	50歳代	4	16	14	10	3	47	2.8
	60歳以上	12	50	18	1	5	86	2.3
	未回答						2	—
	計	19	68	41	19	9	158	2.6

・参加者の居住地は次の通りでした。

大阪市	51	八尾市	8	松原市	1	交野市		阪南市		能勢町	1
堺市	14	寝屋川市	1	羽曳野市	7	泉大津市	1	熊取町		田尻町	
東大阪市	7	岸和田市	1	富田林市	4	柏原市	2	島本町		千早赤阪村	
豊中市	3	和泉市	8	池田市	2	藤井寺市	1	豊能町	1		
枚方市	1	守口市		河内長野市	9	泉南市		忠岡町			
吹田市	7	箕面市	3	泉佐野市	1	大阪狭山市	2	岬町	2		
高槻市	5	門真市		摂津市	1	高石市		河南町			
茨木市	5	大東市		貝塚市	1	四条畷市		太子町		大阪府内計	150
兵庫県尼崎市	2	兵庫県伊丹市	2	和歌山県橋本市	1	北海道当別市	1	未記入	2	大阪府外ほか計	8

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

- ・プラスチック数の集計は、調査日数未記入のデータを除いた157人分で行いました。
 - ・調べた日数は平均で4.0日でした。
- 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）。

		調べた日数（平均4.0日）						計	
		3日間	4日間	5日間	6日間	7日間	8日間		17日間
調査 開始月	6月	1						1	
	7月							0	
	8月	4		1				5	
	9月	10	1		2	2		15	
	10月	52	13	12	3	9	4	94	
	11月	33	2	3	1	1	2	42	
計		100	16	16	6	12	6	1	157

(1) 7日換算プラごみ合計数

①プラごみ数の平均値 161.2 個。食品関係 70%、容器包装類 72%、製品類 26%。

1. 飲料・酒				2. 食品					
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
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		
5.9	1.5	5.2	6.3	18.9	1.4	1.0	41.3	26.5	70.2

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
2.0	2.5	2.7	7.2	0.6	0.3	0.3	1.2	15.8

6. 生活用品				7. ペット用品			
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
9.9	11.8	7.1	28.8	0.2	0.5	0.7	1.4

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
7.9	0.7	8.5	6.0	0.4	6.5	1.3	1.4	2.8

総合計	平均値	161.2	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~	計		
	最大値	676.7		人数	18	34	36	25	18	9	4	8	1		4	157
	中央値	128.0		構成比	11.5%	21.7%	22.9%	15.9%	11.5%	5.7%	2.5%	5.1%	0.6%		2.5%	100%
	最小値	4.7														

- ・7日換算したプラごみ数の平均値は 161.2 個、中央値は 128.0 個でした。
- ・ただし、最多が 676.7 個、最少が 4.7 個で、ばらつきが非常に大きくなっています。
- ・平均 161.2 個のうち 113.3 個 (70%) 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 116.3 個 (72%)、製品類 (表の「製品本体」と「本体」および「食品ラップ」) は 42.4 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・ポリ袋は 8.5 個でした。

②同居家族人数によるプラごみ数の違い

- ・同居家族人数（本人含む）が1人の場合、一人当たりごみ数が多くなっています。
人数が増えるに従い、減っています。

同居家族人数（本人含む）	回答数	平均値	中央値	一人当たり	
				平均値	中央値
1人	18	101.6	92.2	101.6	92.2
2人	68	135.0	117.6	67.5	58.8
3人	41	193.9	145.8	64.6	48.6
4人	19	212.4	224.0	53.1	56.0
5人	7	236.2	226.3	47.2	45.3

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>

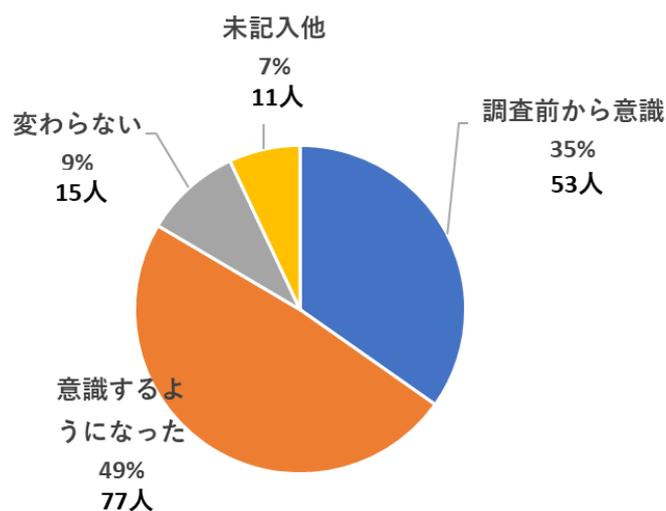
「調査前と比べて、買い物やゴミ出しをする時にプラごみについて意識するようになりましたか？」

<選択肢>

「調査前から意識していた」 「今回の調査でより意識するようになった」 「変わらない」

- ・「今回の調査でより意識するようになった」が49%、「変わらない」は9%でした。この調査に参加することで、プラごみに対する意識を高める効果が相当程度あると思われまます。

- ・「調査前から意識していた」という回答が35%ありました。年齢層による違いはほとんどありません。



調査回数	調査後の意識	20歳未満	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳以上	未記入他	計	
									回答数	%
はじめて	調査前から意識			1	1	4	20		26	30%
	意識するようになった		1	2	7	12	29		51	59%
	変わらない			1		1	4		6	7%
	未記入他				1	3			4	5%
	計	0	1	4	9	20	53	0	87	100%
2回以上	調査前から意識			1	3	9	16		29	42%
	意識するようになった	1			3	11	11		26	38%
	変わらない				1	5	3		9	13%
	未記入他					2	3		5	7%
	計	1	0	1	7	27	33	0	69	100%
未記入他	調査前から意識								0	0%
	意識するようになった								0	0%
	変わらない								0	0%
	未記入他							2	2	100%
	計	0	0	0	0	0	0	2	2	100%
合計	調査前から意識	0	0	2	4	13	36	0	55	35%
	意識するようになった	1	1	2	10	23	40	0	77	49%
	変わらない	0	0	1	1	6	7	0	15	9%
	未記入他	0	0	0	1	5	3	2	11	7%
	計	1	1	5	16	47	86	2	158	100%

<参考：プラごみ調べの推移>

		2020年					2021年	2022年	2023年	2024年
調査参加人数		383人					447人	308人	148人	158人
うち初めて参加した人		—					78%	41%	48%	56%
平均調査日数		3.7日					3.8日	3.6日	4.4日	4.0日
平均家族人数		3.2人					2.9人	2.8人	3.0人	2.6人
プラごみの数	平均値	199.3個					146.8個	144.4個	160.0個	161.2個
	中央値	176.0個					123.7個	119.0個	137.7個	128.0個
調査前後の意識	意識するようになった	56%	意識するようになった		34%	48%	48%	49%		
	特に変わらない	37%	調査前から意識		42%	31%	41%	35%		
	どちらとも言えない	4%	変わらない		19%	15%	6%	9%		
	未記入等	2%	未記入等		5%	6%	5%	7%		

4. 消費者 158 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」

<p>①10件以上の声</p> <ul style="list-style-type: none">・肉や魚、野菜、菓子などのトレー・菓子などの個包装・二重包装・ペットボトルのラベル
<p>②5件以上の声</p> <ul style="list-style-type: none">・野菜、果物の包装・箱・ビンなどの外装フィルム・バラや飾り・スプーン、フォーク、ストロー類・ダイレクトメールの封筒 <p>▽「特に不要なものはない」</p>
<p>③2件以上の声</p> <ul style="list-style-type: none">・ギフト商品等の過剰包装・レジで使われるポリ袋・パンのクロージャー（留具）・宅配の緩衝材
<p>④その他</p> <ul style="list-style-type: none">・プラごみには入らないのかもしれないが「人工芝」。マイクロプラスチックになるし、芝の撥水剤や土台の古いタイヤに沢山のPFASを含んでいる。・今まであたりまえに使っていたので不要だなという認識がなかったです。今後は気をつけて見ていきます。

(2) 「プラごみを減らすための工夫、提案、意見」

寄せられた声を、消費者の取組、事業者の取組、社会全体の取組に分けて紹介します。

(*趣旨を変えない範囲で省略、修正しています。)

< 1. 消費者の取組 >

<p>①プラを断る (Refuse)</p> <ul style="list-style-type: none">・レジでのポリ袋詰めを断る。スプーン、保冷剤等を受け取らない。
<p>②プラを減らす (必要ないものを買わない、プラでないものを選ぶ) (Reduce)</p> <ul style="list-style-type: none">・惣菜・ペットボトルを買わないようにして、家でおかずを作る、お茶を沸かす。・個包装のもの、使い捨てのもの、トレーがあるものを買わない。・弁当の仕切りは詰め方で工夫。・詰め替えがあるものを選ぶ。・紙やガラス等の容器入りのものを買う。・固形シャンプー、木・金属・陶器 (木・金・土) の製品などを使う。・新聞紙等をゴミ箱代わりにする。空気を抜いて捨てて、ゴミ袋を減らす。・ラップの代わりに保存容器、シリコン、陶磁器。・マイバッグ、マイバスケット、マイボトル、リユーズブルカップを使う。
<p>③プラを再利用する (Reuse)</p> <ul style="list-style-type: none">・衛生面には注意し、プラ袋、ラップを複数回使う。・収納袋、ゴミ袋に再利用する。
<p>④リサイクルする (Recycle)</p> <ul style="list-style-type: none">・減らすのが難しいので、リサイクルを心がける。・ポイントがもらえる回収場所を利用する。
<p>⑤その他</p> <ul style="list-style-type: none">・自分で考える。小さなことでも実行する。・世論に訴える。・「家庭のプラごみ調べ」にまた参加する。

< 2. 事業者・社会の取組 >

<ul style="list-style-type: none">・過剰包装を減らす。・バラ売り、量り売り、マイ容器の売り場、店舗を増やす。・マイボトルなどの利用にポイント付与などのインセンティブを付ける。・プラスチックの薄肉化を進める。・地球環境、CO2 を減らし保全する企業などを評価し公表する。・代替技術開発を支援する。・プラスチックによる環境被害、健康被害の認識を広げる。・提供する側、利用する側の両方が意識を変える。・政治が号令をかけて危機を伝え、大胆に売り方、買い方、暮らし方を見直す。
--

(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 プラごみへの消費者の気づき、難しさ、意識、行動についての声 1	
普段、プラごみの量を意識しなければ、どれだけ捨てていても気にも留めなかった。しかし、意識しだすと、こんなにも毎日すごい量をごみとして捨てていることに驚いた。	初めてプラごみ調べをしましたが、こんなにも多くのプラスチックが使用されていることに驚きました。しかし、食品を安全安心に商品化して消費者に届けようとするならば今の所、仕方がないと思う所はあります。
今まで無意識にゴミに出していたものが、プラの表示のついてるものなんと多いことかとびっくり!!ゴミ箱に入れて まとめて出しているので見落としてるプラも多いと思います。	身の周りには、プラスチックでできたものが、いかにあふれているかを痛感しました。ストローやスプーンなど紙に移行されているものもありますが、難しい問題だだと思います。1人1人の毎日の心がけで少しずつでも改善したいと思います。
学生なのでどうしてもコンビニ等によく行くのでプラごみが多いと思いました。なるべくこれからはゴミを減らす工夫をしようと思いました。	食事を作れば作るほど、買物をする度にも、手に触れるのはプラです。「どうにもならないなあ〜」と感じる日々でした。
なんとプラごみの多いこと。ラップなくして、過ごせないなんて、昔の人は思いもしなかったことでしょう。たしかに便利な世の中になりました。封筒も透明になり、風呂敷が布からナイロンになり、紙袋がナイロン袋になり、セロテープで何でも留められ、びんがペットボトルになり軽くなりました。レトルト食品はレンジでそのまま調理でき、科学の発達は、目を見張るものがあります。でも、それが地球の環境破壊につながるとなると…恐ろしい限りです。	わが家では食品に使われているプラごみが多かったです。子どものおやつに駄菓子を買ってくると一度にプラごみの量が増えました。便利な生活とごみの量、うまくバランスを取れたらいいな、とは思いますが、難しいですね。
個包装は衛生的で便利かもしれない。でもそこまでする必要があるのか。世の中なんでも安く便利なものがあふれている（100円均一など）でも、安いからものを大切にしないのだと思う。少し高価でもいいから丈夫でお気に入りのものを長く大切に使ってほしい。	プラ製品のおかげで便利、快適、安心な商品を利用できている面もあり、全てをなくすことはできないと思います。使い方や、使う場面を考えて行動したいと思っていますが、人によって意識の違いがまだまだ大きいと感じます。使った後の処分方法や心ないポイ捨て、海洋汚染などにはもっとたくさんの人に現実をしってほしいし、止められる工夫がみつかって欲しいと思います。

①プラごみへの消費者の気づき、難しさ、意識についての声2

<p>自分の子ども時代にプラ包装はあったが、今は更に過剰になって、とても潔癖な社会になっていると思った。自分もそれが普通に慣れてしまっているが、昔はどうしてたのか興味がある。増やさないことが、プラもゴミも減らすのが一番と思う。物が多すぎて、安心してると実はストレスを感じているので、軽めのミニマリストになりたい。</p>	<p>この調べ中、意識してラップの使用をやめてみた。少しのレンチンでの温めは対応のフタを使ったので、3日間は使用せず過ごせた。フリーザーに保存した物には使用したが、すこしの意識で減るものだと思います。これからはすこし考えていこうと思いました。</p>
<p>買い物の際、できるだけ簡易な包装のものを選び購入するように心がけてはいたが、これからはもっと吟味して買い物をしたいと感じた。さらに、再利用、リサイクルにして、一度限りの使い捨てをなくしたいと思う。</p>	<p>家庭でのプラごみは細かくみとみると料理をするだけでいっぱいある事に気づきました。生活用品も必要なもので何も考えず普通に捨ててしまっていたので、今後もっと気をつけようと思いました。プラの本体もいろんな種類があるので分別が難しいので詳しく知りたいです。</p>
<p>実数を数えることで、プラごみの多さを実感することが出来ました。購入時に意識することで、プラごみは減らせると思いますので、実行したいと思います。</p>	<p>娘が住んでいた関東地方の市は、ずいぶん前からプラごみは有料の指定袋を購入して出すことになっていた。娘の家に手伝いに行くと、初めて、プラごみの多さに衝撃を受け、暮らしのあらゆる場面にプラごみが発生していることを実感した。昨今の地球温暖化を考えると、便利だから安価だからと使い捨てにして、燃やしてしまえばいいとの発想を改め、プラごみを減らすことに真剣に取り組まなければいけないと思う。生活者の身近にいる生協の取り組みを期待します。</p>
<p>まだまだプラごみを減らすことはできると感じました。自分で意識することで、選ぶ商品と違ってくると思います。なるべくマイバック、マイボトル、マイ弁当でやっていこうと思います。</p>	
<p>男子のエコバッグ事情、知りたいです！容量は小さいけれどコンパクトになってかばんにつけられるヨとか、成功例教えて欲しいです。</p>	



②事業者・社会への声

<p>プラごみ調べをして、改めてプラ製品に囲まれている生活を痛感します。個人の努力よりも企業の努力を求めます。</p>	<p>調味料の小袋が多いなあと思いました。使わないものもあり、消費者側の要求をメーカーに伝える必要があると思います。</p>
<p>家庭ごみの中でプラスチックごみが1番多い。企業がゴミを減らす努力をしないので、政府の法規制が必要だと思う。家庭内の意識改革から取り組んでいる。</p>	<p>プラごみを個人の力で減らすのはムリなので、社会に訴えるしかないように思います。この調査の結果をメーカーに届けるような方法はのでしょうか。</p>
<p>プラごみのほとんどが購入時の包装であり、食品・雑貨を問わず、ほとんどの物がプラで包装されている→減らせない。製造者の責任で削減してほしい。プラ以外の紙などについても減らす意識が強くなった。</p>	<p>石油製品を使わないようにイノベーションしないと、世界経済から取り残され、相手にされなくなる。繊維製品もポリエステルやアクリルその他の石油製品をやめましょう。</p>
<p>プラ以外で買いたいのに見つけられず仕方なくプラ製品を買うことになる、とても残念です。メーカーがもっと大胆にプラ削減に取り組まないと、一部のメーカーだけが環境を意識しても変えられるものも変えられません。今しか見えない大人が多いことで将来世代に負担をおしつけることを、想像していくことが大事です。</p>	<p>街中にあふれる自販機を減らすことも重要ではないか。エネルギー、プラごみの大量発生、消費。プラごみを減らそうと努力している人、全く気にせず生活している人、意識に頼ってでは変わらないと感じる。毎日上流からドンドンたれ流し、下流で拾い集めてリサイクルしている世の中。発生を抑制することを考えなければ増え続ける。</p>
<p>予想以上にプラごみが多いことに驚いた。ファーストフード店では、紙のストローに変わっている所もある。少し飲みにくい、プラごみが減るのであれば少しの不便さは、かまわないと思う。お菓子メーカーは、個包装をしないで、その分、価格をおさえて欲しい。</p>	<p>マクドの紙ストローが一部店舗でプラに戻ったと聞きました。私も紙ストローは苦手です。そもそもストローなしでカップに口をつけて直に飲めば良いと思います。私はストローなくても良いので飲食店にはプラスチック1本100円、紙ストロー1本10円とか有料にして消費者のプラスチックを使うことを減らすようにしたら良いと思います。</p>
<p>ペットボトルは水平リサイクルが可能とのことで、このような商品が増えるとよいと思います。お米が入っている袋が、気になります。できるなら紙袋になるとよいと思います。</p>	<p>プラスチックは、どうしても使わなければならないところに使うものだと何年も前にプラスチックの研究者に教えられたが、どんどん増える現実にはやりきれない思いがする。</p>
<p>ボランティアでゴミを拾っても、捨てる人の方が多くて全く減らない。むなしくなります。</p>	

③ プラごみ調べへの声

<p>プラごみ調べをするのが楽しかったし、プラごみのことをより考えるようになったと思います。また、プラごみ調べをしたいです。</p>	<p>毎年のようにプラごみ調べに参加していますが、その度にプラごみの量の多さを感じ少しでも減らす様にと心新たにします。</p>
<p>減らすつもりですが、何も考えず生活していたらプラごみいっぱい出ます。プラごみ調べの時は心がいたみます。</p>	<p>調査することで1枚1枚数えることによって、新たに増やさない努力が必要だと思いました。異常気象を憂いながら週1回のプラごみがなかなか減らないのは真剣さにかけていることの証明ですね。</p>
<p>店舗が提供するレジ袋を使いすぎていると実感した。いつも家族で1枚記入していたけど今回初めて各自でやってみた。各自がより認識できたと思う。</p>	<p>プラごみ調べをするたびに思うのですが、多いなと実感しています。レンジで温める時に、ラップを使わずに、繰り返し使えるフタ（サイズ別あり）を使うようになり、ラップを捨てることがなくなりました。家にあったラップは、防災として、置いてあります。日用品は、本体は一度だけ購入して、次から、詰め替えを購入するようにしています。</p>
<p>問題意識をもって取り組むことができないというのが日常生活の場面では普通なのかと思います。良い機会をありがとうございます。又、リサイクルするにもそれ相当の費用が必要だということももっと認識すべきだなと思います。</p>	<p>プラごみ調べに参加したことで、じっくりと包装を見る様になりました。殆どのゴミはプラごみなのでよく考えてお店で買う、買わないを選択しなきゃと思いました。楽しい企画をありがとうございました。</p>
<p>プラごみ調べを数回続けてきたことでプラごみを減らせてきたけれど、これ以上減らすのは難しいなあという気持ちになっています。買い物方法を大きく変える必要を感じます。売り方を変えてほしいという気持ちでもあります。</p>	

数えてみよう 家庭のプラごみ調べ 記入表

調べた日: 月 日 ~ 月 日 (日曜)

	容器包装プラ本体	フタ・種貝・ラベル ラップ・内袋・仕切ほか
1 飲料・酒	PETマークがあるペットボトル その他のボトル	外袋、カップ、トレイ、チヨウプ、フィルム、その他(ボトル以外すべて) フタ・種貝・ラベル ラップ・内袋・仕切ほか
2 食品 (飲料・酒以外の食品すべて)		
3 食品購入時に添付の使い捨て食器 (スプーン・フォーク、ストロー、マドラー、コップ、パラン、蓋など)	使い捨てのコップ、スプーンなどの食器	容器包装プラ本体 フタ・種貝・ラベル ラップ・内袋・仕切ほか
4 自分で購入した使い捨て食器 (スプーン・フォーク、ストロー、マドラー、コップ、パラン、蓋など)		
5 食品ラップ (自分で購入したもの)	捨てた枚数	

6 生活用品 (食品・食器・食品ラップ以外すべて)	使い捨てプラ製品 容器包装プラ本体	フタ・種貝・ラベル ラップ・内袋・仕切ほか
7 ペットフード・ペット用品	使い捨てプラ製品 容器包装プラ本体	フタ・種貝・ラベル ラップ・内袋・仕切ほか
8 レジ袋・ポリ袋	本体	その他
9 配達用の袋類		
10 その他・不明	使い捨てプラ製品・容器包装本体	その他

*プラスチック製品の本体は、1回で使い捨てにするものだけを数えてください。
 *どの欄に記入するかは判別は次第で結構です。わからないものや迷ったものは「その他」に記入してください。
 *調べの対象となるプラごみは、「燃えるごみ」に出すものと、「容器包装プラスチック」、「ペットボトル」などに出すものがありますので、すべて数えてください。

5. 家庭のプラごみ調べ 2024 のまとめ

(1) 自分が捨てているプラごみを見つめる

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再確認することは有効です。

「家庭のプラごみ調べ」のフォームも使い、気軽に取り組みましょう。

(2) 科学の知見は、プラごみ対策の緊急性を伝えています

プラスチックは有用性が高い素材で、私たちの暮らしを支えています。すぐにすべてをなくすことが現実的でないことは、プラごみ調べからもわかります。

一方、最新の科学の知見は、プラスチックが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、地球温暖化、人体への健康影響－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難しく、実際に悪影響が生じることが確認されても回復は困難です。

現在の大量生産、大量廃棄の状態を放置できないことも現実です。

(3) 暮らしの中でできることを楽しく進め、共有しましょう

プラごみの多さに気づき、消費行動を見直すと、できることがあるという声が寄せられています。暮らしの状況にあわせて、各家庭でできそうなことをやってみるものの繰り返し、楽しみながらプラごみ減らしに取り組んでみましょう。うまくいったこと、いかなかったことを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。

(4) 企業・行政にも「声」を届けましょう

プラごみを減らすためには、プラスチックを使わない・少ない商品への切り替えが必要です。そのためには、企業の努力や社会全体での取り組みが不可欠です。

そのための消費者の大切な役割として、暮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」など、ちょっと勇気を出して、企業や行政に伝えましょう。

また、企業や行政の取り組みが進んでいるという「声」も増えています。それらを応援し、広げることにも心がけましょう。

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://osakacon.org/pr.html>



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 : shodanren@osakacon.org