

◆ニックネーム・グループ名（人数）

たつきー

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** エコなコミュニティを創る情報発信

### 活動の動機

環境に対する価値観や暮らしを変えて行かなければ、地球には持続不可能な未来が待っています。よってTikTokでZ世代に「エコに生きる」という暮らしを発信し、みんなで環境を大切にしていきたいと思ったから。



### 活動実施日

20220526

### 目指すSDGsゴール

17 パートナリーシップで目標を達成しよう

### 解決したい地域の課題

ゴミが沢山ある。プラスチック中心の生活をしている。自然を大事にする気持ちを持つ人が少ない。

### 目指す将来の姿

社会をより良くする活動を大義とするコミュニティを創り、環境を大切に、社会問題にも働きかけられるようになる。情報が多く安心・安全を担保した場所を確保しにくい現代社会の中で、安全・安心を元に信頼できる関係を構築できるコミュニティに成長する。メンバーは全員に役割があり、それぞれに存在意義を持ってもらう。

### 活動の内容

全米のアプリダウンロード数からTikTokが次世代の主流となるメディアになると予測している。そのため、トレンドの波を起こすZ世代を対象にTikTokで自然を大事にする生き方、シンプルな生き方を発信していく。その発信の目標が、上に述べた信頼コミュニティを形成し、成長していくことだ。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

野澤果央

（ 1人 ）

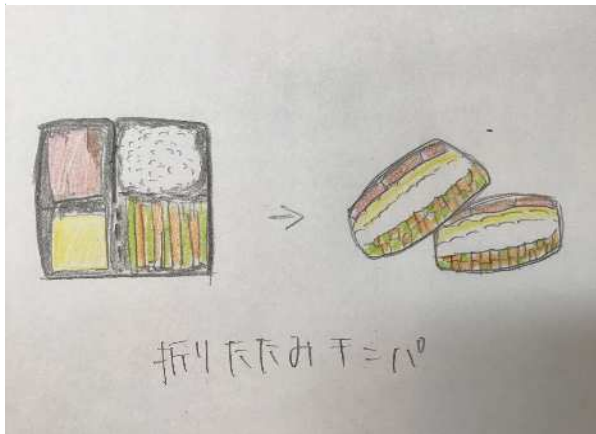
SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 食の流行の秘訣！

### 活動の動機

食べ物についてSNSで見えていた時に、流行している食べ物にはどのような特徴があるのか気になったから。  
また、食に関係する職業について興味があり、調べてみたいと思ったから。



### 活動実施日

20220723

### 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

現代の食事は昔と比べ、脂質が多く野菜が少ないなどと言った栄養素の偏りが多く見られる。栄養が偏ると人の健康にも影響してしまう。多くの人が健康に過ごすために、栄養バランスの整った食事をとる。

### 目指す将来の姿

流行している食べ物は多くの人々が食べたり、作ったりしようとするので、流行の食べ物が体に良いものであったり、食品を無駄なく使うものであれば、多くの人々が楽しく健康になれる上に、食品ロスもなくせる。流行の特徴を知ることによって「すべての人に健康と福祉を」を達成することのできる流行のご飯やレシピを作ることができる。

### 活動の内容

まず、流行の特徴を知るために「折りたたみキンパ」と「オートミールチヂミ」の材料、作り方、見た目、特徴をまとめたところ、流行の特徴は

- ・見た目が鮮やかでSNS映える。
- ・短時間で簡単にできる。
- ・ダイエットに効果的で健康によい。

であることがわかった。

そこでSDGsを達成するためにオートミールを使い、簡単にでき、SNS映える料理を考案する。

ex) オートミールフレンチトースト

◆ニックネーム・グループ名（人数）

光の速度で蹴られた事はあるかい？ （ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル ゴミ拾い

### 活動の動機

川や道路にビン、かん、などのゴミが、時々落ちていたのでそのゴミをきれいに  
する事で町がきれいになれば、いいと思ったから。



### 活動実施日

20220803

### 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

カラスや野良ネコがゴミを荒らすのを防ぐ、道路に捨ててあるゴミを少しでもきれいに  
して住みやすい町にする。

### 目指す将来の姿

ゴミを減らすことで将来建設するごみ処理施設の規模を小さくして次の世代の負担を軽くしていきたい。

### 活動の内容

活動する期間にゴミ捨て場の近くに川や公園があるのでゴミが落ちていたら拾う。僕が住んでいる地域には、野良ネコやカラスがゴミを荒らすので、ゴミステーションに行って黄色いネットがかかっているか確認する。以前地域の人のマナーが悪くて使えなくなったゴミステーションがあるので周辺にゴミが捨てられていたら片付ける

◆ニックネーム・グループ名 (人数)

明平華恋

( 1人 )

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** SDGsを意識した夕食を作ろう

### 活動の動機

私は自分の家のゴミを見て、まだ食べられそうな野菜の皮が捨てられていたり、食べ残しが多くあったのを見たこと、そして農作物豊かな豊橋で地産地消をした料理を作りたいと思い活動をした。



### 活動実施日

20220722

### 目指すSDGsゴール

2 飢餓をゼロに

### 解決したい地域の課題

食品ロスを減らすことと、豊かな農作物がある豊橋だからこそ、他の地域より盛んに地産地消をしていきたい。

### 目指す将来の姿

日々の食品ロスが0になっていること。そのために、食の大切さや、一つ一つの食品の大切さ、そしてありがたさを理解して「いただきます。ごちそうさまでした。」を言える人が沢山いるような豊橋にしたい。そして、自分の生まれ育った地域の食材を地元の人が笑顔で食べる、そんな地産地消のできる豊橋にしたい。

### 活動の内容

豊橋の食材で無水カレー、そこから出た人参の皮を つかって、人参の皮きんぴらを作る。食材は道の駅豊橋や、祖母の畑より収穫した野菜やお肉を使用する。無水カレーは食品ロス、水の節約、地産地消を意識して、きんぴらは食品ロス、地産地消を意識して料理をしていく。無水カレーは普段のカレーよりも時間がかかるが、その分野菜の甘みや旨みを味わえるものになった。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

れな

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 環境と体の健康作り〜地球に優しく〜

### 活動の動機

サラダや刺身などで調味料又はドレッシングを使う際残っていることがほとんどで、流してしまうのが勿体無いと思ったし、環境にも悪そうだったから。又ドレッシングや調味料の付け過ぎは体にも良くないと思ったから。



### 活動実施日

20220729

### 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

調味料、ドレッシングの無駄遣いを減らし環境汚染を防ぎ、私たちの体に取り込む塩分を減らし、健康体が続くようにする。

### 目指す将来の姿

SDGsの達成に向かいながら私たちの体の健康を整え、経済的にもより良くなり、世界全体が社会的、経済的、身体的に健康でいられるような姿。

### 活動の内容

まず、インターネットでドレッシングや調味料を使いすぎないようにする工夫、対策、使い過ぎによるデメリット、使いすぎないことによるメリットを調べる。それから家で実践できることを実践したり普段からどのようなことを気をつけていたかを考える。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

ねーね

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

### タイトル

地球の環境を守るためには

### 活動の動機

地球温暖化の影響で台風などの異常現象が起きたり、雨が降らなくなって農作物が作れないなどの被害がある。なので自分たちができる対策をしてよりよい暮らしにしていきたいと思ったから。



### 活動実施日

20220801

### 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

ゴミの総排出量が増えているため、その分二酸化炭素の排出量も増える。そのため温度が上昇したり、熱中症の人が多くなる。

### 目指す将来の姿

ゴミが少なくなって、使用する電力も少なくなり、CO2の排出量が減る低炭素社会。異常気象が減り、人と自然が仲良く共生していける社会。

### 活動の内容

買い物に行く時はビニール袋を使わずエコバッグを使う、コンビニでもらう箸やスプーンはもらわない、ペットボトルを買わず水筒を持ち歩く、詰め替えが出来る製品を選ぶなどをして、プラスチック排出量を減らす。またコンセントを使わない時は抜く、冷蔵庫は開けたらすぐ閉める、電気はこまめに消す、エアコンの設定温度を上げ下げし過ぎないなどをして使用する電力量を減らす。



◆ニックネーム・グループ名（人数）

ゆいか

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** SDGsのはじめの一步

**活動の動機** SDGs取り組みたいけれど、何から取り組めば良いのか迷っている人でも挑戦できる方法を発信したいと思ったから。



**活動実施日**

20220806

**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

解決すべき課題は授業等で知っているのに、その解決のために何をしたら良いのか分からないこと。そのためSDGsを何となく難しいと感じてしまい、行動を起こせないこと。

### 目指す将来の姿

それぞれのゴールに適した深みのある活動を考える前に、日常生活でできるような簡単なことから始めて、SDGsに対するハードルを下げる。一人一人が社会に貢献できる方法を自覚し、自分にできることは何かを考えられる主体性を持つようになる。

### 活動の内容

買い物の中で、以下のことを実践する。

1. 買い物メモを作る。  
ストックを確認して、必要なもののみを買う。
2. SDGsに取り組んでいる会社の商品を買う。  
選ぶ商品をいつもと少し変えるだけなので、簡単に実践できる。パッケージのマークに注目して探すが良い。
3. レジ袋ではなくエコバッグを使う。  
有料の店→買わない。  
無料の店→「レジ袋はご入用ですか」と聞かないこともあるため自己申告する。

◆ニックネーム・グループ名 (人数)

ホルン吹き

( 1人 )

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 丸一日国産食品生活！

### 活動の動機

高校生になってから家族のお弁当のおかずの作り置きをしているが、買い物に行く機会はほとんどなく、いつも家族に任せているので、食品の選択や購入に関するSDGsを実践してみようと思ったから。



### 活動実施日

20220810

### 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

地球温暖化

### 目指す将来の姿

地産地消を通してフード・マイレージを短縮させ、二酸化炭素の排出量を削減させたい。そして、SDGs15番の「陸の豊かさを守ろう」の達成に近づきたい。

### 活動の内容

丸一日国産食品のみで、3食分自分で料理する。  
野菜や果物、肉類はもちろん、調味料の原材料の産地も確認し、国産と確認できたもののみを使う。  
普段食べているものの産地を知り、地産地消の取り組みに役立てる。



◆ニックネーム・グループ名（人数）

yura

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** 服でエコバック！きれいな環境カムバック！

### 活動の動機

ある時、衣料廃棄物の記事が目にとまった。その内容を見て私は、これは環境汚染の原因になると考えた。自分の意志だけで、環境汚染のことを考えず行動してもよいのか。自分に何かできることはないか、と考えた。



### 活動実施日

20220809

### 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

衣料を廃棄することで、環境にどれほどの悪影響を及ぼすのかを多くの人を知って、環境をきれいに保つための工夫をしたり、再利用やりサイクルなどの取り組みを伝えていく。

### 目指す将来の姿

廃棄はどれほど環境に悪影響を及ぼすのかを多くの人を知り、廃棄の仕方、環境汚染の改善のためにできることを考え、行動できる社会で生きられる。これからも続く未来の環境をきれいに保ち、大切に続けられる。

### 活動の内容

衣料品は、製造全体で環境への影響がある。その現状を知り私は「服でエコバックを作る」という活動を行った。まず、首回りとそでを切り落とす。次に、すそから首元に向かってはさみを入れ、紐状の布が表裏で同数できるように、はさみで同じ切りこみを入れる。そして、表裏で1本ずつ結んで完成だ。祖父母や弟達は喜んで活用してくれた。本来ごみとなり廃棄され環境に悪影響を及ぼすものが、環境汚染改善につながるものとなるのだ。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

佑奈

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

**タイトル** すべての人に健康と福祉を

**活動の動機** 私は駅に貼ってあったポスターをきっかけに、ペットボトルキャップやプルタップ人を助けるということを知り、この活動を選びました。



**活動実施日**

20220725

**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

私はペットボトルキャップやプルタップを集めることで3番のすべての人に健康と福祉を達成することができると思っています。

### 目指す将来の姿

私はまず、夏休みの間にペットボトルキャップやプルタップを集め、近くのイオンモールの回収場所に行くという計画を立てました。何個集めることが出来たか、数え、どのくらいの料金になるのかも調べていきます。

### 活動の内容

私に家族は、炭酸水を飲むので夏休みの間にペットボトルキャップ44個プルタップ23個集めることが出来ました。ペットボトルキャップはお金になり、そのお金で薬を買うことが出来ます。ですが、400個で10円なので私は1円しか集めることができませんでした。集まったあとは、イオンモールの回収場所に行きました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

すんよぶ

（ 1人 ）

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT GOALS

## 豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル ドブの幸

活動の動機 日本の川や池に居る外来種生物を捕まえて、調理して美味しく食べる事が出来れば、楽しく美味しく駆除ができるのではないかと考えたから。



活動実施日

20220811

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

外来種である生物が日本の川や池に住み着いた事で生物の多様性が失われ、在来種が少なくなっていくうちに、有害物質やゴミを分解する分解者の役割をする生物が居なくなり、分解されなかった物が海に流れ出ているから

### 目指す将来の姿

みんなが、外来種を捕まえたり、食べることで、外来種のさまざまな魅力を知り、1つの駆除の形として確立させ、在来種や川や池や海の自然を守る。

### 活動の内容

池でザリガニに捕まえ、泥ぬきや臭み取りの過程をこなし、調理して食べる。その後、インスタグラムでレシピや調理方法を共有する。