

◆ニックネーム・グループ名（人数）

Shungiku1415

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 地域のゴミゼロ活動

活動の動機 個人的に自分の住んでいる地域がゴミで汚れているのは良いとは思えない。なので、ゴミゼロ活動をしようと思った。



活動実施日

20220821

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

自分の住んでいる地域のポイ捨てされているゴミの量が多いこと。
ポイ捨てをする人が多く、拾ってくださる人が少ないこと。

目指す将来の姿

自分の住んでいる地域のどこにもポイ捨てされたゴミがない町になってほしい。
そして、生態系を保全し、現在よりもさらに豊かな地域になること。

活動の内容

近所と、幸公園内に落ちてるゴミをただひたすら拾う。ただし、事前に何度か下見をし、ゴミの量によって時間配分と持参するゴミ袋の量などを決め、より効率的に活動できるように計画を立てた。その他にも活動当日の天候を確認し、曇りで気温もそこまで高くない日を選び、熱中症対策とした。ゴミ拾いをしていく上で、ポイントを絞って拾えたり、拠点を作り一気にその周辺を片付けたりするなどこれまでより頭を使って活動した。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

馬淵春輔

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 無駄遣いを辞める

活動の動機 地球の水を少しでも減らさないということを授業で習い、電気代と水道代削減もしたいと思い、節水や節電をしようと思いました。



活動実施日

20220816

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

地域の課題ではないが、節水活動をすることで水不足を防ぎやすくなる。そして、暮らしの基盤が整った便利で快適な町を目指す。

目指す将来の姿

節水活動をすることで6番の目標を達成し、水道代も減らし、節電することで、7番の目標を達成し、電気代も減らすことを目標としている。

活動の内容

節水で具体的な活動は、歯磨きの時はコップ1杯しか水を使わない。浴槽から水を取り出して、体を流す。節電の活動は、部屋を移動する時は電気を消す。換気扇を使わずに窓を開けて換気を行う。家でエアコンをつけないために市民館や図書館に行って勉強する。掃除機を使わずに掃除商品を使って掃除をするなどを10日間行った。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

R

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 身近なゴミの行く先

活動の動機 いつも、ゴミ捨てはゴミ箱や袋にまとめるだけで、それらの正しい分別方法やリサイクル方法についてあまり知らず、改めて調べてみようと思ったから。



活動実施日

20220820

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

ごみの分別やリサイクル方法について、誤った知識を持っていたり、気をつけるべきことについて知らなかったりすること。

目指す将来の姿

まず、ゴミの種類や捨て方について知り、ラベルなどをもとに正しく分別を行えるようにする。
次に、気をつけるべきこと、取り組んだ方が良い工夫などについて調べ、無駄をなるべく少なくする。
最後に、リサイクル方法やそれが行える場所を知り、排出物をなるべく少なくする。これらを実践し、環境を良くする。

活動の内容

家にある身近なゴミ（ペットボトル、紙パック、スプレー缶、卓上ライト及び照明器具）を主に、分別方法やリサイクルの有無について調べる。
→ペットボトルは、本体とフタでは異なるプラスチックでできているため、別々にしてから捨てるが良い。紙パックには、特定の林産品からなるPEFCマークがみられた。スプレー缶はガス抜きをせず、危険ゴミとして資源センターなどへ持参する。卓上ライトは不燃物として収集日に出す。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

まいいあ

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル サッカー場のゴミ拾い

活動の動機

8月27日(土)に試合がありました。そこでは道端に少しゴミが落ちてました。(レジ袋やペットボトルなど)そこで僕は今後使うかもしれないこのグラウンドにゴミが落ちてたら次使う時に気持ちよく使えないと思い。



活動実施日

20220827

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

毎週アンケートさんの資料によるとポイ捨てなどの行為を見たとき注意しようと思う人は約15%ほかの75%の人は見て見ぬふりや態度でしめすなどでした。これが増えてないのが今後の課題だと思いました。

目指す将来の姿

僕はみんながゴミを見たら自発的に拾うと言う雰囲気を作り、ゴミを捨てさせない(ポイ捨て)雰囲気を作ることが今後の課題だと思いました。そしてこれができる街の雰囲気も良くなるし日本の環境にもいい、いいことだらけのいい姿だと思いました

活動の内容

試合が終わったあと、ゴミ(レジぶくろ、ペットボトル、お菓子のゴミ等)をかたづけ、周りにゴミが見えなくなるまで片付け、それを家に持って帰り、ゴミを出しました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

あんぱん

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 家族の命を守る防災とは

活動の動機 私は、災害が起きた時に、自分の命を自分で守るだけでなく、周りの人も手助けをしたいと思い、この活動を選んだ。



活動実施日

20220816

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

災害が起きた時、私の自宅から避難所まで10から15分程度かかる。そのため、家の中で生活できるように、棚などの散乱を防ぐ必要がある。

目指す将来の姿

全員が災害に対する危機感を持ち、災害時にどのように行動し、何を持っていけば良いのかというような基本的な知識を身につけたい。災害と共存できる未来を目指したい。

活動の内容

はじめに、防災グッズをどのくらいの人が準備しているかを調べたところ、準備しているのは37%であった。食料品を備蓄しているのは50%だった。実際に私は食料品を備蓄し、懐中電灯やラジオが置いてある程度だ。災害時に最低限必要なのは、他にも防寒具や救急セットがある。次に避難経路を確認すると避難所まで少し時間がかかるため、家で過ごせるよう家具を固定したい。これらから、今の防災では不十分だと学んだ。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

あいう

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 家の水を節約するには

活動の動機

私は日常生活の中でできる節約の仕方を見つけ、実践することで社会に貢献できると思ったので、この活動に取り組みました。



活動実施日

20220828

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

1度使ったものをすぐ破棄するのではなく、再利用できるかどうか考えてから行動できるようにしていきたいです。

目指す将来の姿

日常生活でどれだけ節約ができるかを考え、実践していけるような社会を目指したいです。また、ただ節約を行うだけでなく環境にも影響しないような方法で行えるようにしていきたいです。そして、環境に優しい生活を意識がけるようにしたいです。

活動の内容

お風呂の残り湯をホースで洗濯機に移し、そのお湯で洗濯をします。その時どのくらいの水を使ったか3日間記録し、3日間でどれくらい節水できたか記録しました。結果は1日55リットルで、3日間で165リットル節約することができました。これらのことから、日常生活で節約できる場所はたくさんあり、それを実践するかしないかで大きく変わる事が分かりました。

◆ニックネーム・グループ名 (人数)

小林和佳奈

(1人)

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル お年寄りのためのおいしいごはん

活動の動機

祖父は毎日体調が変わってしまい、それによってご飯が食べられなかったりすることを知ったのをきっかけに、祖父にも「おいしい！」と感じてもらえるようなご飯を作りたいと思い、取り組むことにした。



活動実施日

20220730

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

日本人の平均寿命は世界トップクラスであるが、健康寿命は平均寿命よりも10才低い。高齢になると、健康を維持することが難しくなるが、全て高齢者が生きる上で不可欠な食事を美味しく食べられるようにしたい。

目指す将来の姿

健康な人はもちろん、病気を抱えたり、高齢ゆえにハンディがある人も、美味しく食べることを諦めることなく、食べる楽しみをもって、毎日過ごせる環境を目指す。

活動の内容

1週間のうち、祖父の体調が良い日を選んで夜ご飯を作った。その日の体調で食べたいものが変わるため、毎日祖父に確認してからメニューを考えた。また、メニューを考える際にはネットや本で調べてレパートリーを増やした。料理をするときは祖父が食べやすいような工夫をして、最後まで残さず食べてくれるようにした。食べ終わると、食事の内容や味、量の感想を聞き、次に作る時の参考にした。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

こころ

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル ゴミを資源に

活動の動機 自宅近くのスーパーに、ペットボトルやトレーをリサイクルするところがあり、リサイクルすることでポイントが還元されるのはお得だなと思ったからです。



活動実施日

20220727

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

リサイクル率が低く、洋服など様々なものまでリサイクルできる回収ボックスや施設が少ないので、ひとりひとりがリサイクルに高い意識を持てるようにしたいです。

目指す将来の姿

今はリサイクル品で作られた衣類やバック類は「これはリサイクル品で作られました」という表示が付けられていたり、エコであることが売りになっていたりするけど、いつかそれが当たり前になればいいなと思います。

活動の内容

日本で今現在、リサイクルできる製品について調べ、プラスチック類や紙類以外にも衣類などもリサイクルできることを知りました。また、国内のみでなく海外とも比較し、日本がリサイクルという面で遅れていることや政府による援助が足りていないことを実感しました。加えて、この辺りの地域は都市部に比べて衣類などのリサイクルができる施設が充実していないことを知り、それらの問題について深く調べました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

ゆづ

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 「うっかり」を防ぐ冷蔵庫収納

活動の動機

私の家では、食材の賞味期限切れや、買い物で同じものを買ってきてしまう「うっかり」が頻発しています。これを減らすことができれば食品ロスを減らすことができると思ったからです。



活動実施日

20220813

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

愛知県では毎年、約21.5万トンの食品ロスが出ています。県民一人あたりに換算すると、毎日約78g（食パン約1枚）の食品ロスを出していることとなります。これが私が解決すべき課題だと思いました。

目指す将来の姿

終わりが見えないコロナ禍で、また食材の値段が上がっていくかもしれない将来に、食品ロスという食べ物を残さない、捨てない、など誰でもできる課題を減らしていくことで、持続可能な社会への実現へと進んでいくことです。

活動の内容

どのような食材で「うっかり」が起こるのか、またそれは何故か、と聞いたところ、どの食材というよりもどの場所にあるかで「うっかり」が起こっていることがわかりました。冷蔵庫収納には3つのコツがあり、定番品、臨時品、予備スペースの場所を明確にすることです。また、食材をいれる際、透明のケースにいれたり、賞味期限の近いものを前の方に置くなどの工夫も大切になります。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

マミ

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル レジ袋とダンボール どちらが良いのか

活動の動機 私はインターネットでエコバッグはエコではないという話を聞いたことをきっかけに段ボールならエコになるかもしれないと思い始めました。



活動実施日

20220808

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

多くの人が環境問題に関心を持ち、ゴミの分別やリサイクル活動などの環境保護に誰でも取り組みやすいようにすること。

目指す将来の姿

将来はゴミの分別やポイ捨て0、リサイクル活動がもっと活発になり、個人個人が環境問題に関心を持ち、国民全員で協力できる社会を目指しています。

活動の内容

レジ袋のCO2排出量は段ボール1箱で約1638g、段ボールは1箱で約200gです。さらに段ボールは90%以上が再利用の紙で作られています。実際に利用してレジ袋は持ち運びやすいのですが1度使ってそのまま溜まっています。段ボールは素材がしっかりしていますが持ち運びにくいです。結果私は段ボールの方がよいと考えます、ですが必要最低限の量を利用する事が持続可能な社会へ繋がるのでしょうか。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

かさし

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル プラスチックの削減をしよう

活動の動機

プラスチックが原因で海が汚染されて海の動物や魚に影響があたえられているという記事を読んだことをきっかけに少しでも解決のために貢献したいと思ったからです。



活動実施日

20220803

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

とてもたくさんのプラスチックのごみが海に漂流されて海が汚染されているという地域の課題を解決したいです。

目指す将来の姿

すこしでも海へ漂流するプラスチックのごみの量を減らして、海の汚染で傷つく海の動物や魚を減らせるようにする。

活動の内容

スーパーやコンビニでものを買った時にビニールぶくろを貰わずに、マイバックを持参してそこに買ったものをいれるようにする。
出掛けている時に途中でのが漏れてペットボトルを買わないように、お茶が入っている水筒を持参するようにする。
あまった食品を保存するときにラップを使わずにタッパーをつかうようにする。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

山本彩葉

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 残りものを活用してアレンジレシピ！

活動の動機 夜ご飯などであまってしまった、残ってしまったものがある時に仕方なく捨ててしまうということがあり、どうにかならないかなと思った。



活動実施日

20220816

目指すSDGsゴール

2 飢餓をゼロに

解決したい地域の課題

家庭内での廃棄物がおおく、結果として地域全体の食品ロスが目立ってしまっていること。

目指す将来の姿

ひとつひとつの家庭が家庭内での廃棄物を減らして、地域全体での食品ロスを減らす！

活動の内容

家庭での食品廃棄を減らすために、3日間昼ごはんや夜ご飯で出たあまりものでアレンジレシピを立てた。
1日目は、夜ご飯であまったカレーを使い次の日の朝ごはんになるカレーパンを作った。
2日目は、夜ご飯であまった唐揚げを使い、たっぷり野菜と唐揚げの甘酢あんを作り、味を変えて食べた。
3日目は、昼ごはんであまったそうめんを使い、そうめん団子を作った。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

チカ

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 自分たちで街を綺麗に

活動の動機

普段使っている公園に落ち葉が溜まっていて、小さい子が遊びにくそうにしているのを見て、誰かが掃除をしなきゃきれいな状態に保てないことに改めて気づき、綺麗にしたいと思ったからです。



活動実施日

20220802

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

公園の使い方について。公園は老若男女、多くの人を使う場所だと思うので、みんながみんなのことを考えて公園を正しく安全に使えるようになってほしいと思いました。

目指す将来の姿

公園では、中高生や大人は小さい子が危険にさらされないような公園の使い方をし、小さい子も自分たちだけが使う場所じゃないので、お互いがお互いを邪魔しないように譲り合って、みんなが楽しく、気持ちよく安全に使えるようになってほしいと思いました。

活動の内容

弟と一緒に家の近くの公園に行き、落ち葉が沢山溜まっている場所を探して、落ち葉広いをしました。落ちている葉っぱの下にお菓子のゴミが隠れていたり、風船の欠けらのようなものが落ちていたりしました。さらに弟が落ち葉で滑って転びそうになったりもしました。とりあえずゴミ袋ひと袋分拾うと、すごく綺麗になって、後日、また拾いに行きました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

彦坂咲幸

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 恵まれない国の人々に服を

活動の動機

家に着ていない服がたくさんあったのでそれをどう再利用できるのか調べたところ、貧しい国や恵まれない国の人々、難民の人々に服を贈ることができる我知道了からです。



活動実施日

20220820

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

海外に送るだけでなく、再利用するという意識が高まれば地域で定期的開催されているごみ収集が活発になったり、リサイクルステーションがたくさん使われるようになると思います。

目指す将来の姿

たくさんの国の人々が平和で平等になるようにするため。地域では再利用するという意識を持った多くの人に持ってもらう。服が簡単に捨てられることも少なくなり、いらない服を喜んで来てくれる人も多くなります。最終的に目指すべき将来の姿は、みんなが笑顔になることです。

活動の内容

服を簡単に手に入れられない国の人のためにどうしたら服を寄付することができるのかサイトで調べました。寄付するためには、冬服と夏服、大人用と子供用の服は区別するなどたくさんの規則がありました。まだ着れそうなものはファストファッション店舗で扱ってもらい、個人情報の書いてある体操服や制服、ユニフォームなどはサイトやリサイクルステーションで扱ってもらいました。

◆ニックネーム・グループ名 (人数)

橋村樹梨乃

(1人)

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 節電生活！

活動の動機 何かSDGsに関する問題について解決に尽力しようと思った時に、一番身近なのに疎かになっていると思ったのでこのテーマにした。



活動実施日

20220810

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

私は、節電活動を実践することで、13番の「気候変動に具体的な対策を」を達成することができる。具体的には、地球温暖化を抑えることができる。

目指す将来の姿

節電をすることで、二酸化炭素の排出を抑えて、地球温暖化を防ぐことで、どんどん暑くなっている夏を少しでも和らげたい。北極では地球温暖化により、氷が溶け、亡くなってしまう動物がいなくなってほしい。

活動の内容

まず節電をするために何ができるかを調べた。エアコンで言うと、まず、カーテンを取り付けるということだった。カーテンを取り付けることで、窓からの熱の出入りをカットできるそう。厚手のカーテンであるほど効果アップ！次に扇風機を併用するということだった。扇風機を使うことで、部屋の空気周りが良くなるので効率的に涼しくすることができる。他にも、フィルター清掃をこまめにしたりなどの方法もある。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

かののん

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 食品ロスを減らそう！

活動の動機 世界中で飢餓に苦しんでいる人がたくさんいるのに世界中で食品ロスが多いことを知り、食品ロスを減らす必要があると思ったから。



活動実施日

20220818

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

SDGsについて調べて食品ロスが多いことを知ったので、少しでも多くの人に今の現状を知ってもらい、食品ロスを減らそうという意識をもってもらうこと。

目指す将来の姿

常に世界では飢餓に苦しんでいる人もいるということを考えて、ごはんを食べられることが普通ではない、少しでも食品ロスを減らそうと考えて行動できるような人。

活動の内容

食品ロスについて調べて出てきた、買いすぎないようにする、賞味期限の近い食材を別のものに作り替える、これまで捨てていたような部位も捨てずに料理に使うという3つのことを実際に行ってみました。買いすぎをなくすために買いに行く前に食材があるかみて、ない物だけをリストアップして買うようにしました。家にあった賞味期限の近い牛乳をプリンにしたり、普段は捨てている野菜の皮できんぴらを作って食べたりしました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

切りたての前髪

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 食品ロスを減らすために

活動の動機 食品ロスについて調べて食品ロスが多いことを知り、私にも何か出来ることがあるのではないかと思います、この活動をしました。



活動実施日

20220817

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

人の消費のために生産された食料のおよそ3分の1が廃棄されている。世界の中には満足に食事ができていない人も多くいること。

目指す将来の姿

今の現状よりも少しでも食品ロスを減り、食品ロスの処理で発生してしまう二酸化炭素も減ることで環境への悪影響が減ること。地球温暖化の促進も遅くできる。世界中の人が飢餓に苦しまず満足に食事をする事が出来る世界。

活動の内容

まずは食品ロスについて調べました。少しでも食品ロスを減らせるように普段捨ててしまっている人参の皮を使いきんぴらを作りました。他には買い物に行く時には事前買う物を決めてから買い物に行きました。買いすぎを防ぐことで食品ロスを減らすことができます。卵の殻を細かくし乾燥させ肥料にしました。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

T

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 海の豊かさを守ろう

活動の動機

ニュースで海に捨てられたプラスチックゴミを食べてしまったカメが亡くなったり海藻にビニール袋がからまってしまっている問題を知り、私たちにもできる具体的な解決策が知りたいと思ったからです。



活動実施日

20220801

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

海洋のプラスチックゴミの増加により水中の生き物や植物の生態系がくずれ、多くの生き物が亡くなっていること。プラスチックの増加により、地球温暖化が進んでいること。

目指す将来の姿

海の生物の生態系を守るため、プラスチックの削減ができていく社会づくりです。海洋のゴミや富栄養化を含む特に陸上活動による汚染などあらゆる種類の海洋汚染を防止し、削減することができる社会で人々の暮らしに影響が現れ始めているところです。

活動の内容

海洋の生物が亡くなる原因となっているプラスチックゴミを削減するために、プラスチックを日々の生活で出来るだけ削減し出してしまったプラスチックはリサイクルしようという活動です。活動実施日からマイバック、マイペットボトルの持参を心がけシャンプーや洗剤などを買う際には詰め替え用を購入します。プラスチックゴミがでたときはラベルを剥がし、軽くすすぎ汚れを取ることによりリサイクルできる状態にします。

◆ニックネーム・グループ名（人数）

ズッキ

（ 1人 ）

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊橋市高校生・大学生SDGsアクション

タイトル 身の回りの生活空間を守ろう

活動の動機 SDGsを解決する上で1番早く直接的に関係を持っていて子供たちが安心して遊べる環境を作りたいと思ったから。



活動実施日

20220806

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

今自分が住んでいる所は子供が少ないので子供が安心して安全に楽しく遊べてまたここで遊びたいと思えるような公園づくり。

目指す将来の姿

近くにあるような公園だけでもゴミがなく清潔感のあるような公園で幅広い世代の人々が交流しながら使える場。ゴミがないのでみんながゴミを持ち帰り清潔が続く場。

活動の内容

公園に行きプラスチックゴミ、燃やすゴミ、とがっていてかたい小さなゴミなど遊ぶ時において危ないものを主に拾っていく。そして石や小石など転んでしまいそうなものはすみに置いておいたりして小さな子や高齢者が安全に使えるようにし、最後に邪魔なところにはえている雑草などを抜いてそのゴミを分別してゴミステーションに置いておく。