

やまぐち  
かいよう  
海洋ごみアクションBOOK

プラスチック  
モンスターを  
やっつけよう!



© 下関市

下関市  
メインキャラクター  
「せきまる」

# みんなで守ろう！ やまぐちのキレイな海岸

山口県の青い海を守るために、  
みんなでやらないきゃいけないことがあるよ。

山口県には  
キレイな  
海がいっぱい！

つしまおおはし しものせきし  
角島大橋（下関市）



うべし  
キワ・ラ・ビーチ（宇部市）



すき ほぎし  
須佐ホルンフェルス（萩市）



にじが はまかいがん ひかりし  
虹ヶ浜海岸（光市）

めずらしい  
海の生きものが  
すんでるよ！



スナメリ (写真提供・市立しものせき水族館海響館)



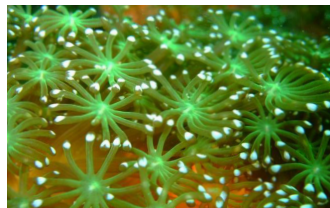
クサフグ (写真提供・市立しものせき水族館海響館)



ヘイケガニ (写真提供・市立しものせき水族館海響館)



カブトガニ  
(写真提供・横野川河口域・干潟自然再生協議会)



ニホンアワサンゴ (写真提供・NPO 法人  
自然と釣りのネットワーク 藤本正明)

## エスディーゼーズ SDGs って知ってる？ 海の豊かさを守る目標もあるんだよ

### SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



「持続可能な開発目標」という意味の英語「Sustainable Development Goals (サステナブル・ディベロップメント・ゴールズ)」の頭文字をとったもの。国連で決めた、よりよい未来をつくる17の目標を2030年までに達成するため、世界中で協力して取り組んでいるんだよ。



### 海の豊かさを守る エスディーゼーズ 海のSDGs って？

17の目標の14個目に、「海の豊かさを守ろう」という目標があるんだ。どうすればできるかな？

エスディーゼーズ SDGs には、「目標を達成するには何をすればいいか」も書かれていて、海を守るためには7つの行動が提案されているよ。ここでは、とくにひとつめの「2025年までに、海洋ごみや富栄養化をふくむ、特に陸上活動によるおせんなど、あらゆる種類の海洋おせんを防止し、大はばにさく減する」ことに取り組んでほしいと思っているんだ。いま、プラスチックごみが海をよごしていることが、世界中で大きな問題になっているよね。いっしょに減らしていこう。

# いま、山口県の海に、 プラスチックモンスターが 増えているんだ！

山口県は瀬戸内海、日本海、響灘の3つの海に開かれていて、  
海岸や海底でたくさんのごみが見つかるよ。  
そのうち80%近くがプラスチックだったんだ。

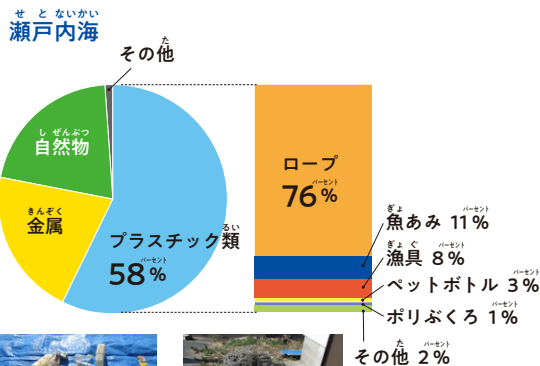
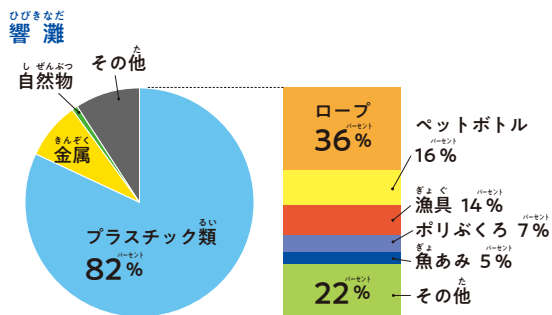
日本海・響灘には漂着物（海岸に流れ着いたごみ）が多く、  
外国のごみも流れてくるんだよ。瀬戸内海の周防大島町は、カキパイプが多いんだ。  
海の底にも漁具や食品パッケージなどのプラスチックモンスターがいっぱい。  
令和元年度に、山口県で回収して処理した海洋ごみは、全部で319トンもあったんだ。

油谷大浦海岸  
(長門市)

日本海

響灘  
(調査範囲)

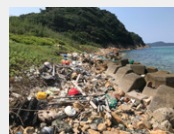
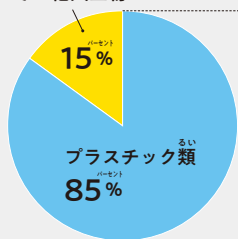
## 海底ごみ調査



かいがんひょうちやくぶつちよう き  
海岸漂着物調査

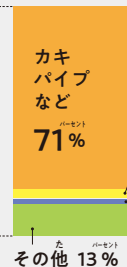
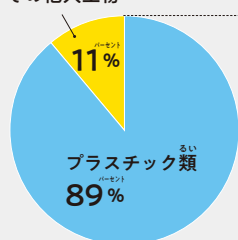
ゆやおおのうらかいがん ながとし  
油谷大浦海岸 (長門市)

たじんこうぶつ  
その他人工物



こうのうらかいがん すおのおおしまちよう  
神浦海岸 (周防大島町)

たじんこうぶつ  
その他人工物



せとないかい  
瀬戸内海  
ちょうきはんい  
(調査範囲)

こうのうらかいがん  
神浦海岸  
すおのおおしまちよう  
(周防大島町)

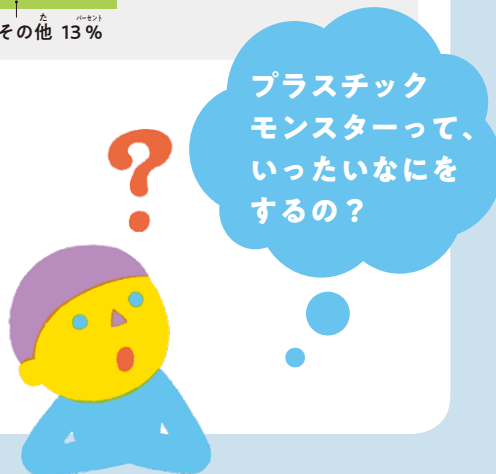


ちようきけつが  
くわしい調査結果は、  
「やまぐち海洋ごみ  
アクションプラン」にのっているよ。



せかいじゆう  
世界中だと、1年間に800万トンのプラ  
スチックが海に流れ出ている、このま  
まだと、2050年に海の魚の量より多くな  
るって言われているんだ。

とうきやうと  
東京都の荒川の河口には、たくさんのペットボ  
トルが流れ着いているんだ。(写真提供・高田秀重)

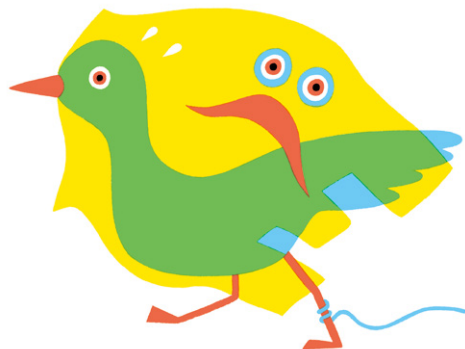


## プラスチックモンスターのとくちょう①

### とりつく

プラスチックは自然のものではないので、海や川、森の中でも、いつまでもそこにあり続けて、生きものにかみついたり、かんきょうをよごしたりするんだ。

からみついたプラスチックが取れなくて、生きものは死んでしまうこともあるよ。



すてられた漁業用あみにからまってしまったアカウミガメ(左)とオットセイ(右)。(写真提供・日経ナショナルジオグラフィック社)

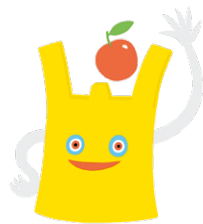
### プラスチック モンスター ずかん

くらしの中に、いろいろなプラスチックモンスターがいるよ。パッケージなどに名前が書いてあるから、見つけてみて!



#### ポリスチレン

食品トレイ、発泡スチロール、ハンガーなど



#### ポリエチレン

レジぶくろ、ラップ、ペットボトルのふたなど

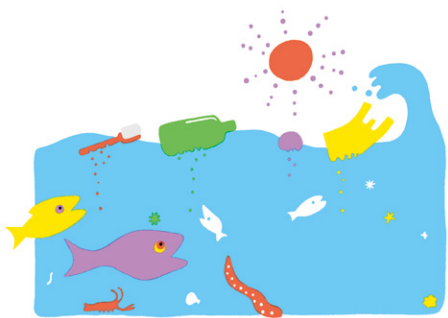


#### ポリ塩化ビニル

ホース、クレジットカード、合成のかわ製品など

## プラスチックモンスターのとくちょう② えさのふりをする

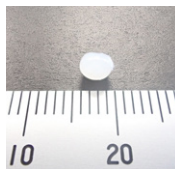
海や川、森の中で、生きものが、プラスチックをえさとまちがえて食べてしまうこともあるよ。しかも、プラスチックは太陽の光や波の力などで、どんどん小さなかけらになるんだ。すると、ますます生きものの口に入りやすくなっちゃうよね。



山口県環境保健センター「マイクロプラスチック調査を用いた環境学習（指導の手引き）」



5ミリ以下になったものを「マイクロプラスチック」と言うよ。(写真提供・山口県環境保健センター)



プラスチックの材料「ペレット」も、米つぶくらいの大きさなんだ。運ぶときにこぼれてしまうことがあるよ。(写真提供・山口県環境保健センター)

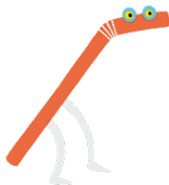


いぶくろにプラスチックがたまり、えさを食べられなくなって死んでしまったアホウドリ。(©Chris Jordan/CC BY2.0)



### ポリエチレンテレフタレート

ペットボトル、フリースなどの衣類、たまごのバックなど



### ポリプロピレン

ストロー、おもちゃ、使いすてのおむつなど



### ポリウレタン

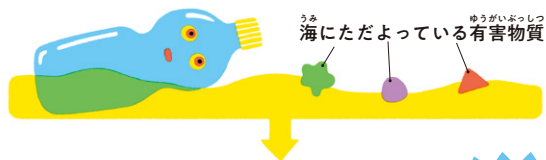
キッチンスポンジ、マットレス、スポーツウェアなど



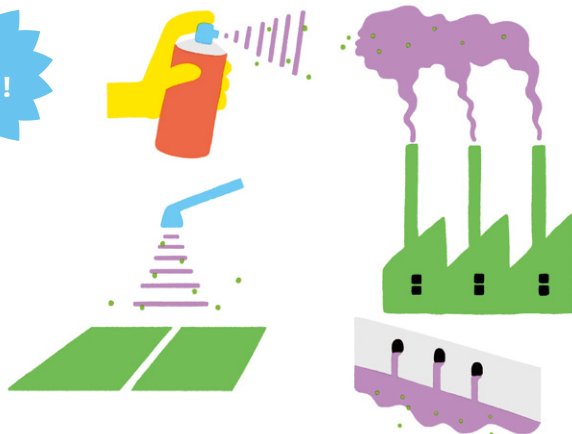
### アクリル

ブロックなどのおもちゃ、ヘルメット、衣類など

## プラスチックモンスターのとくちょう③ パワーアップする

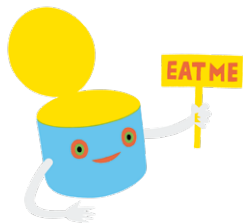


プラスチックは有害な物質とくっつきやすいんだ。  
だから、海にただよっているうちに、  
海に流れてきた農薬や、  
工場からすてられた水などにふくまれた  
ダイオキシンなどとくっついてしまうよ。  
それを生きものが食べてしまったら……  
どうなるかな？



### ポリカーボネート

DVD、CD、めがねのレンズ、  
けいたい電話など



### エポキシじゅし

かんづめ、ペンキ、  
接着ざいなど



### ポリアミド

衣類、ハブラシ、タイヤなど



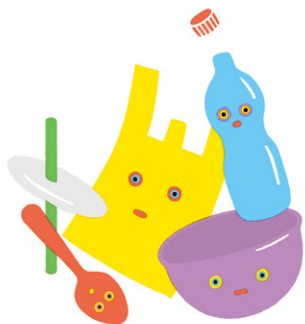
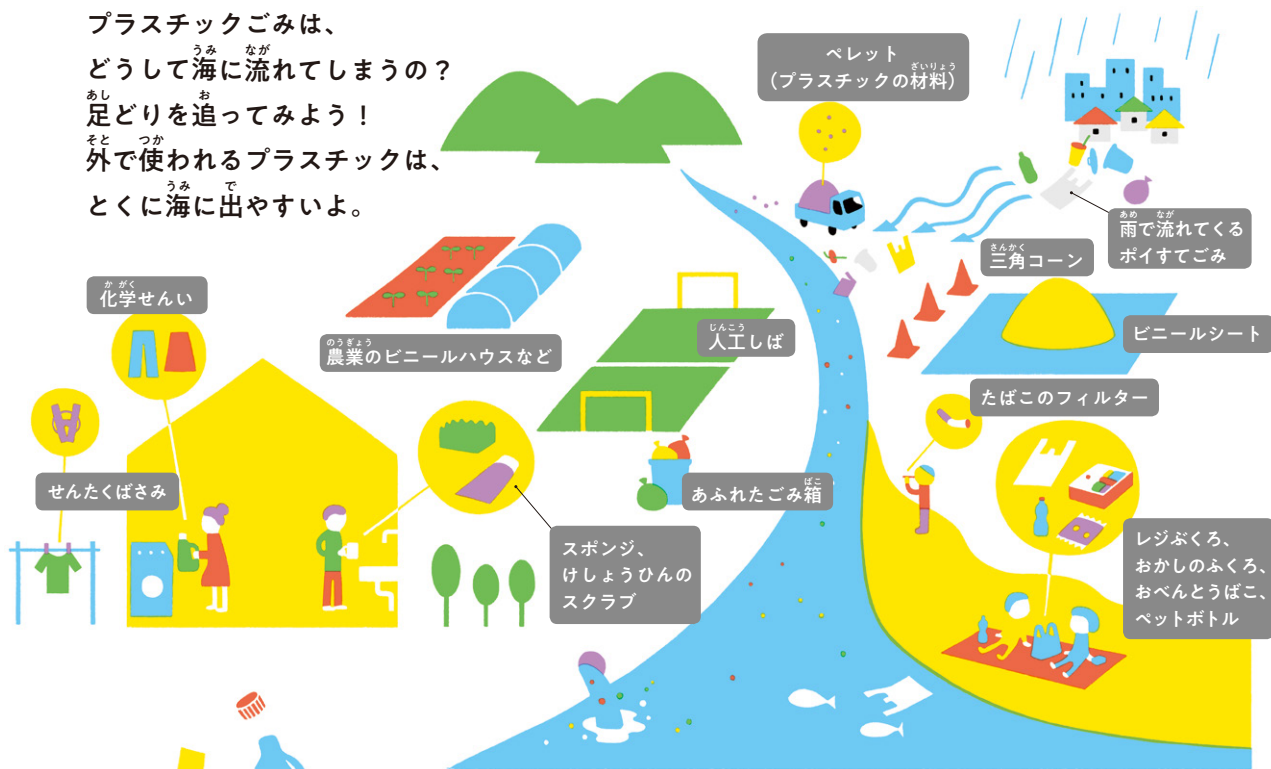
### メラミンじゅし

食器、ホワイトボード、  
スポンジなど

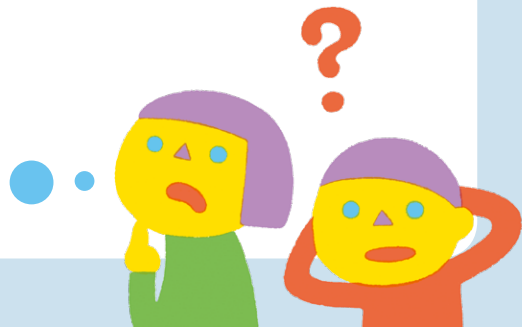


# プラスチックモンスターは、こうして海へ！ 海にあるごみの約80%は、街から。

プラスチックごみは、  
どうして海に流れてしまうの？  
足どりを追ってみよう！  
外で使われるプラスチックは、  
とくに海に出やすいよ。



でも、どうすれば、  
プラスチック  
モンスターを  
減らせるの？



ここが  
大舞台！

# 「ジブンゴト」にして、 みんなにやってほしいことがあるんだ。

山口県の海をプラスチックモンスターから守ろう！ たとえば、こんなことをやってみるのはどうかな？  
できることから始めてみて。一人ひとりが、「ジブンゴト」にしてやると、大きな目標が達成できるよ！

チャレンジ

1

## ポイすてをゆるさない気持ちを みんなでもとう！



ポイすてされたペットボトルや  
食べもののパッケージなどの  
プラスチックごみは、雨や風

の力で、川を流れてやがて海  
に流れ出てしまうよ。海の近くではもちろん、町の中  
でも、ポイすてはぜったいにやめて、すてるときはかならず  
ごみ箱へ入れよう。



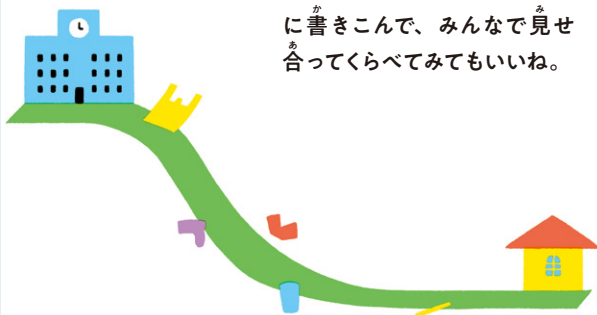
チャレンジ

2

## 10 分間、家の近くの ごみ拾いをしてみよう！



家の近くに落ちていたプラスチックごみを拾ってみよう。ご  
みを拾うときは素手ではなく、  
かならずトングなどを使って  
ね。10 分で、どんなものがど  
れくらい拾えるかな？ 表など  
に書きこんで、みんなで見せ  
合ってみていいね。



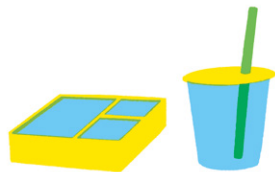
チャレンジ

3

## 5 分間、海に行き、プラスチックごみを拾ってみよう！



はまべに落ちていたプラスチックごみを拾ってみよう。5 分  
で、どんなものがどれくらい拾えるかな？ 本  
当にプラスチックご  
みが流れ着いているか、たしかめてね！  
小さかったり、ポロポロになったりしたものがあるよ。



チャレンジ  
4

うみ かわ せい かつどう さん か  
海や川の清そう活動に参加してみよう!



やまぐちけん うみ かわ  
山口県では、海や川でプラスチックごみを拾う活動がいろいろな場所で行われているよ。子どもから大人まで、たくさんのひとが参加して、海をキレイにしているんだ。いっしょにやってみない?



うみ にっぽん プロジェクト イン 海と日本 PROJECT in やまぐち



にっかんかいきょうかいがんのりょうきやく、いっせいせいせいの 日韓海峡海岸漂着ごみ一斉清掃



ごみ ころしよん スポ GOMI 甲子園

チャレンジ  
5

プラスチックを使わない  
生活を増やしていこう



ごみになるプラスチックを減らすことも大事だよ。3つのポイントで減らしていこう! こんなふうには地球にやさしい買い物、[「エシカル消費」]って言うんだよ。



1 ことわる

レジぶくろやストローはもらわないで。

2 ばら売りや紙ぶくろ入りを選ぶ

プラスチックのふくろに入っていない野菜や、紙パッケージの石けんなどを選ぶ。

3 ほかの素材を選ぶ

プラスチックじゃないものがある場合は、そちらを選ぶ。

プラスチックごみを減らすこと、「ジブンゴト」として考えて! プラスチックごみは、みんなのくらしから生まれているんだ。

プラスチックモンスターをやっつけると、海をキレイにすること、海のSDGs達成につながるんだね!



スリーアール

# 3Rでプラスチックモンスターをやっつけよう！

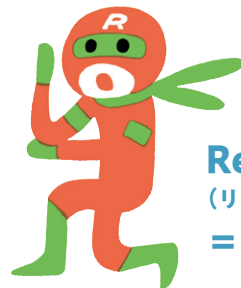
プラスチックモンスターをやっつけるには、3つの方法があるよ。

プラスチックを使わず減らすこと (Reduce)、

すてずに何度も使うこと (Reuse)、

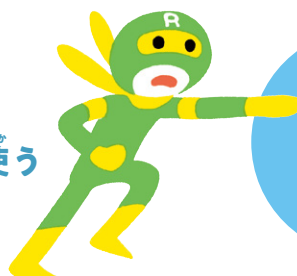
つくり直して使うこと (Recycle) の英語の頭文字から、

「3R」って言うんだ。とくに大事なものは、減らすこと！



わたしが  
しゅやく  
主役！

**Reduce**  
(リデュース)  
=減らす



**Reuse**  
(リユース)  
=何度も使う



**Recycle**  
(リサイクル)  
=つくり直して  
使う



プラスチックを減らすために、まず使いすてをやめよう！  
ペットボトル、レジぶくろ、ストロー、ドリンクカップ……  
みんなで気をつければ、プラスチックモンスターはきっと減っていくよ！



山口県は、日本財団「海と日本 PROJECT」、環境省「Plastics Smart」に賛同しています。



制作：山口県、山口県海岸漂着物対策推進協議会  
監修：クレヨンハウス、山口県環境保健センター  
協力：日本財団「海と日本 PROJECT」、山口県各市町  
発行：令和3年3月  
イラスト：クリハラタカシ  
『プラスチックモンスターをやっつけよう！  
きみが地球のためにできること』(クレヨンハウス)より



もっと、  
プラスチック  
モンスターを  
知りたくなったら……。

『プラスチックモンスターを  
やっつけよう！  
きみが地球のために  
できること』  
高田秀重／監修  
クリハラタカシ／絵  
クレヨンハウス／刊

