

令和7年度

第2号  
2025.12



## 第2回 ごみゼロカフェ開催報告

# ファッションから考える 地球にやさしい暮らし

服をどう着るか、どう手放すか、どう楽しむか。  
その小さな選択が地球の未来を変える。



### 第2回 ごみゼロカフェ開催概要

日時：2025年11月29日（土）10:00～11:40

場所：高津市民館（第6会議室）

参加人数：4名



### 第1部 座学・意見交換

第1部では「衣類が環境に及ぼす影響」をテーマに、衣類の製造過程や廃棄によるCO2排出の実態について学びました。特に「手放し方」によって環境負荷が大きく変わることを改めて実感できました。また、古着を楽しく活用するための実践的な知恵や、アップサイクルのアイデアも共有され、「ごみゼロ」に向けた最初の一歩を後押しするきっかけとなりました。

### 第2部 アップサイクルワークショップ

第2部では、参加者が着なくなったTシャツを持参し、はさみだけを使ってオリジナルのエコバッグを制作しました。誰でも簡単に取り組めて、完成したバッグはとても実用的な仕上がりとなりました。不要になった衣類を捨てるのではなく、新たな形で活用する「アップサイクル」の楽しさを実感しました。



## 第1部 座学・意見交換

講師

一般社団法人日本リ・ファッショング協会  
代表理事 鈴木 純子 氏

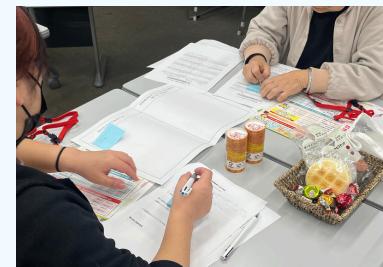
### 日常を「ごみゼロ」に変える 最初の一歩を踏み出す

第1部の講義では、『衣料ごみの厳しい現実を知る』『「捨てる」意識から「活かす」意識へ』をゴールに、日本の衣類自給率、廃棄の問題、廃棄による経済損失から環境に及ぼす影響、さらに今日からできる「3R」アクションの具体的なヒントを学びました。ご参加の皆さんも普段からリサイクルやリユースに関心を持ち、さまざまな取組みをされており、とても活発に意見を発信くださいました。



#### 講義内容

- 衣類はどのように作られているのか？
- 衣類が環境に及ぼす影響
- 「手放し方」で変わる環境負荷とCO2排出
- 古着を楽しく生かす知恵



第1部の後半では、講義内容を踏まえて、2つのテーマについて皆さんと意見交換を行いました。

1

事例からヒントを得て自分たちが  
できること

- ・リサイクルショップを持って行く
- ・なるべくリサイクルショップで服を買う
- ・人に譲る
- ・リメイク
- ・掃除に使う
- ・区役所の拠点回収に持参している



2

回収拠点がどういうところにあると  
使いたくなるか？

- ・外出時に立ち寄りやすい駅近にあると利用しやすい。
- ・スーパー併設だと、日常の買い物ついでに持ち込めて便利。
- ・ごみ集積所やマンション1階に回収ボックスがあるとさらに利用しやすい。
- ・プラザ橋
- ・交換
- ・ゆずろう会
- ・マルイ



こんな意見も！

- ・区役所での回収は月1～2回で頻度が少ないため、回数を増やしてほしい。
- ・投函式の回収ボックスを設置し、入れるだけで済む仕組みがあると便利。
- ・クリーニング済み／洗濯済みの衣類を分けて投入できる工夫があるとよい。

## 第2部 アップサイクルワークショップ

### 古着のTシャツをエコバッグに アップサイクル！！

第2部では、ご参加の皆さんがあなたの持参してくださった着なくなったTシャツが、針も糸も使わずハサミだけでオリジナルのエコバッグに生まれ変わりました。



### CHALLENGE

#### 用意するもの

- ・着なくなったTシャツ
- ・ハサミ



#### エコバッグの作り方

①Tシャツの前身頃、後ろ身頃をしっかりと重ねます。

②Tシャツの首周り、袖口をハサミでカットします。  
首周りがバッグの入れ口、袖口が持ち手になります。

③前身頃と後ろ身頃を重ねた状態でTシャツの裾部分を1~1.5cm位の幅で、  
長さ6cm位切れ込みを入れ、フリンジ（房）状にしていきます。  
\*前身頃と後ろ身頃のフリンジ（房）の数が同じになるように。

④前身頃、後ろ身頃のフリンジを結んでいきます。  
バッグの底部分の出来上がりです！

\*バッグの外側にフリンジが出るのが嫌な方は、Tシャツを裏返しにした状態  
で①~④の工程を行い、できたらTシャツを表に返してください。  
(結び目がバッグの内側になります)



結び目が内側になったパターン

# 参加者の感想



## 参加のきっかけ

- ・ごみの減量・分別に关心があった
- ・衣類ごみ問題に关心があった
- ・講義の内容に魅力を感じた
- ・アップサイクル工作に魅力を感じた

色々な事も考えさせる内容もあり、楽しかったです。  
作品も参考になりました。

リメイク講座をお願いします。  
本日は、ありがとうございました。

## 第1部 座学・意見交換について

良かった

100%

- ・知識が増えて日常生活に生かしたいと思いました。
- ・衣類をごみ袋に入れて捨てられるのを見ていて、その後燃やされてしまうことにモヤモヤしていたので、知れて良かった。

## 第2部 アップサイクルワークショップについて

良かった

100%

- ・みなさんと楽しく作れて楽しかったです。
- ・さっそく使いたいと思いました。



## 古着を楽しく活かす知恵

### 家庭内で出来ること

- ✓ リメイク  
別アイテムに変身
- ✓ 掃除用品  
ウエス（掃除用雑巾）
- ✓ 部屋の装飾  
ファブリックパネル、各種カバー
- ✓ パジャマ・インナー  
部屋着、寝間着として活用
- ✓ 補修材  
当て布、ボタンの保管



### コミュニティの仲間と一緒に！

- ✓ 交換会  
ファッション・スワップイベント
- ✓ 共同リメイク  
リメイク・ワークショップ
- ✓ 地域貢献  
福祉施設・団体への寄付
- ✓ フリマ出店  
合同フリーマーケット出店
- ✓ 学校・職場での活用  
ウエス・雑巾の提供



お問合せ

川崎市環境局生活環境部減量推進課

川崎市ごみゼロカフェ



044-200-2579



044-200-3923



30genryo@city.kawasaki.jp