



第3回 ごみゼロカフェ 開催報告

ごみゼロの暮らしにつなげる

お片づけ講座



日々の生活の中で、衣類や日用品、食材などを必要以上に購入し、一度も使用しないで廃棄したり、収納場所に困ったりしてしまうことはありませんか？今回のごみゼロカフェでは、整理収納アドバイザーの太田絵美さんをお招きし、講演やワークショップを通じて、ごみをなるべく出さない、「ごみゼロの暮らし」をテーマに、普段の自分の行動やモノに対する考え方や片づけの“きほん”を学びました。

太田さんから、整理・片づけの定義の解説をはじめ、整理・片づけを意識することで得られる数々の効果について、講義いただき、後半では、グループに分かれ、日々の生活における整理収納を疑似体験できる、カードを用いたワークショップを行いました。

参加者は、講義やワークショップでの太田さんの整理整頓に関する講義やアドバイスを真剣に聞き入っており、開催終了後には、早速家に帰って整理整頓を始めよう！という参加者からの声もありました。



＜講師＞
整理収納アドバイザー1級
太田 絵美さん

第3回 ごみゼロカフェ 開催概要

- 【日時】 3月6日（日） 9：45～11：30
- 【会場】 川崎市総合自治会館
- 【参加者】 19名
- 【内容】 整理・収納の考え方を学び、普段の自分の行動やモノに対する考え方を見直す、ごみゼロの暮らしにつなげる講演とワークショップでは整理を疑似体験できるカードを使ったワークを実施

整理・収納 = モノを捨てること？



「整理・収納」と聞くと、一見、ごみとして出すことに意識が向いてしまうかと思えます。たしかに整理収納を行うと一時的にはごみが増えてしまいますが、長い目で見ると、必要なもの以外は購入しないなど、ごみは減っていくものと考えることができます。

整理・片づけは、モノを捨てることではなく、 整理はモノを選ぶこと、片づけは片を付けること

整理・片づけを心がけていくと、モノに対する考え方が変わっていきます。

例えば、家の冷蔵庫の中を把握しないでスーパー等で買い物をする、「そういえばこれ、この前も買っていた。」とうっかり二重買いをしてしまうことがあります。整理・片づけを心がけることで、しっかりと在庫管理をすることができ、二重買いや消費・賞味期限切れによる食品の廃棄等を防ぐことができます。また、モノを購入する際に自宅にあるもので代用できないか、購入後に長く使い続けられるだろうか等も考えるようになり、自分でこだわりを持ってモノを購入するようになります。また整理・片づけにより、気持ちに余裕が生まれ、モノを手放すときも、ただ捨てるというだけでなく、フリマアプリやリサイクルショップを活用する選択肢も生まれます。

太田さんが実際に整理収納アドバイザーとしてお客様の家庭の片付けに行かれた時、取っておいだ缶詰が真っ黒に変色していたり、引き出物でもらったタオルがシミだらけになって出てきたという事例もあったそうで、「いつか使うかも？」という考え方は、できるだけ避けた方が良く、と太田さんはおっしゃっていました。



川崎市
~分ければ資源・混ぜればごみ~
イラストで分かる
資源物とごみの分別ルール

資源物		
空き缶・ペットボトル 空き缶・PETボトル 週1回収	空きびん 空きびん 週1回収	使用済み乾電池 使用済み乾電池 週1回収
川崎市 ごみアプリ	ミックスペーパー 週1回収	プラスチック製容器包装 週1回収
普通ごみ 週2回収	小物金属 月2回収	粗大ごみ(有料) 事前申し込み 月2回収

ごみの正しい分別を知ってる？



「分ければ資源、混ぜればごみ」

ごみを出す際は、正しい品目で決められた曜日にルールを守って出すことが大切です。

太田さん自身、ミックスペーパーとプラスチック製容器包装の分別が正しい分別がされていない状況をよく目にするようです。資源物であるミックスペーパーやプラスチック製容器包装の6割が分別されずに燃やされてしまっている現状もあるため、きちんと分別をし、資源化することがとても重要です。「分ければ資源、混ぜればごみ」を心がけてください。

分別に迷ったときは、川崎市が作製している「資源物とごみの分け方・出し方」の冊子や「川崎市ごみ分別アプリ」を活用するととても便利です。

整理・収納の き・ほ・ん



「整理」「収納」「整頓」
どれも同じような言葉が並んでいるイメージですが、

整理とは、 unnecessaryなものを取り除くこと
収納とは、モノを片づけ、しまうこと
整頓とは、よく整った状態にすること



という意味合いをそれぞれ持ち、“片づけ”は上記の3つに分けられます。
特に整理については、太田さんが整理収納アドバイザーとしてお客様の現場で作業する時間の約8割を充てるほどとても重要だとおっしゃっていました。また、整理を始める前に、まずは整理したいモノを全部洗い出してみることが、全体の量や嗜好が目に見えて確認できるため、とても効果的だと教えていただきました。

自分を基準にして必要なモノだけ選ぶことが何よりも大事で、やむを得ず捨てるモノが発生した際は、モノに感謝しつつ適切に処分するようにしましょう。



実践！片づけカードワーク



身近にあるモノの写真と説明が書かれたカードを使って、使用頻度、収納場所、商品の状態などの観点から、捨てる、捨てない等、カードをどのように仕分けるとうまく家庭内での片づけができるようになるかを考えるワークショップを行いました。

人によって、モノに対する価値観が異なることから、仕分け作業では参加者一同悩んでいる様子もある一方で、普段各家庭でどのような使い方や処分をしているのか、情報交換の場にもなり、ワークショップを通じて、新たな知識等を学ぶだけでなく、片づけの工夫等を共有することもできました。



習慣・意識を身に付けて、ごみゼロ生活を目指そう！

「モノを使ったら元に戻す習慣を忘れずに」は当たり前の言葉かもしれませんが、意識的に実践し続けることで、考えなくても自然と行動できるようになります。モノが溢れ、流行がめまぐるしく変化する世の中ですが、私たち消費者がモノを選ぶ際、いかに長く使うか、使えるかを考えて行動することが求められます。国連が提唱する「持続可能な開発目標」(SDGs)の目標12「つくる責任つかう責任」にも直結することですので、一人ひとりの意識改革がとても大事です。



第3回ごみゼロカフェ 参加者の声



人と話をしながら整理すると決断がより早くできた、家で整理するときの参考になると思います。生活の考え方の違いもあり、気づかされることもあり、今後に役立つと思いました。

ワークショップ分かりやすく良かった。断捨離を使わなかったのは良かったです。心に残るいい話が沢山ありました。

片づけがごみを減らすことになるというのは目からうろこでした。

これから実家のモノが大量の片付けを考える年代なので、参考に片づけたいです。もちろん自宅もすっきりさせて気持ちよく暮らせたらと思います。

楽しく整理について考えるというか向き合えることができ、有意義な時間でした。参加して良かったです。

モノも最後までつかってこそ、モノの役割が終わると思っていたし、大事にしたい気持ちがあるが、一定量を決めてやっていきたいです。

なんとなく知っていても行動に移すのが難しかったので、こういう機会をきっかけにして行動に移していきたいです。

新たな気づきがたくさんありました。片づけが本当に苦手でしたが、これからの整理整頓に光が差しました。

「ごみゼロカフェサポーター」になりませんか？

- 「ごみゼロカフェ」は、様々な市民が施設見学や講師からのお話を通して、ごみの減量化・資源化について考えるイベントです。年3回開催します。カフェのようにつろぎながら意見交換し、ごみ減量のアイデアを出していきます。
- ごみゼロカフェで、ワークショップの進行や受付など運営のお手伝いをする「ごみゼロカフェサポーター」になりませんか？
- サポーターの詳細案内や登録はホームページからお願いします。



川崎市ごみゼロカフェ

検索

<お問い合わせ>

川崎市環境局生活環境部減量推進課

E-mail : 30genryo@city.kawasaki.jp TEL : 044-200-2580 FAX : 044-200-3923