


















# 令和 7 年度国際理解ワークショップ 進行シート

令和 8 年 1 月 14 日作成

大学名： 新潟国際情報大学

タイトル： 地球の未来はゴミだらけ!?～プラスチックと暮らす私たち～

## 1. 本ワークショップに関連する SDGs の目標に○印をつけてください。

○印	SDGs17の目標	○印	SDGs17の目標	○印	SDGs17の目標
	 ① 貧困をなくそう		 ⑦ エネルギーをみんなに そしてクリーンに	<input type="radio"/>	 ⑬ 気候変動に 具体的な対策を
	 ② 飢餓をゼロに		 ⑧ 働きがいも 経済成長も	<input type="radio"/>	 ⑭ 海の豊かさを 守ろう
	 ③ すべての人に健康と 福祉を		 ⑨ 産業と技術革新の 基盤をつくろう	<input type="radio"/>	 ⑮ 陸の豊かさも 守ろう
	 ④ 質の高い教育を みんなに		 ⑩ 人や国の不平等 をなくそう		 ⑯ 平和と公正を すべての人に
	 ⑤ ジェンダー平等を 実現しよう		 ⑪ 住み続けられる まちづくりを		 ⑰ パートナーシップ で目標を達成しよう
	 ⑥ 安全な水とトイレを世 界中に	<input type="radio"/>	 ⑫ つくる責任 つかう責任		

## 2 : 本ワークショップの要旨

国連環境計画によると、世界では年間約 2300 万トンのプラスチックごみが海に流出しており、海に捨てられたペットボトルは自然分解に 400 年かかるといわれています。プラスチックは私たちの生活を非常に便利にした一方、海や森、そして私たちの生活そのものにも影響を与えています。あなたはこのままの未来を本当に選びますか？本 WS では、プラスチックと生きる私たちの暮らしについて参加者と共に見つめ直したいです。

## 3 : 本ワークショップの目的(目標、実現したいこと)

本 WS の目的は、プラスチックという私たちの生活に欠かせない物質とどう共生していくかを考えることが目的です。そのために、私たちが暮らしの中でどのくらいのプラスチックを使っているのかを認識してもらい、便利な生活とその裏側にある環境問題を見つめなおすきっかけにしたいと考えています。

## 4 : 本トピックをとりあげる理由

私たちの生活に欠かせない「プラスチック」が森林破壊や海洋汚染、そこに住む生態系を破壊しています。そのような現実を知り、私たちに何ができるかを参加者の皆さんと一緒に考えていきたいです。

5 : 活動過程 (使用時間 : 110 分 (予備 10 分))

参加人数 30 人

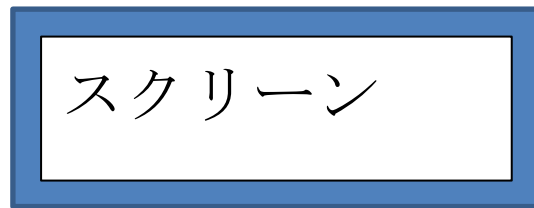
過程 (所要時間)	活動内容	具体的な発問・ 説明・動きなど	ねらい	使用する 教材・備品	予想される反 応、その他注意 事項
導入 : 起 (13分)	<p>○あいさつ、 大学生の自己 紹介 (1分)</p> <p>○グランドル ール 目標 (1分)</p> <p>○今日の流れ (1分)</p> <p>○IBの説明 (1分)</p> <p>テーマ : 当日くじ引き にて決定 (8分)</p> <p>○テーマ発表 (1分)</p>	<p>大学生の自己紹 介</p> <p>マラカスの音が したら話を聞いて もらう</p> <p>WS の目標を説明 する  今日どのように 進めていくかを 説明する</p> <p>Ito をやっても らう。</p> <p>くじ引きでお題 を決めることで 盛り上がりやす い空間を作る</p> <p>プラスチックと いうテーマを意 識してもらう</p>	<p>この時間は 何を目標に どんな活動 をするかを 確認する</p> <p>参加者が話 しやすい環 境を作る</p> <p>大学生と仲 良くなって もらう</p>	<p>廃材を使った マラカス</p> <p>目標、グラン ドルールの紙</p> <p>お題はパワポ 内で表示</p> <p>Ito 答えを書く付 箋</p> <p>メモ・振り返 り用紙</p>	<p>大学生が前に出 て自己紹介</p> <p>大学生が Ito と 答えを書く付箋 を配る 大学生も参加す る</p> <p>大学生がメモ・振 り返し用紙を配 る</p>

展開 : 承 (30分)	プラスチッククイズ (3分)	クイズを通して簡単にプラの利便性について説明	プラスチックが身近なものであることを再認識してもらう	パワポ	いろんな視点から声かける
	○問題提起 ・日テレ動画 (4分) ・説明 (2分)	この動画の問題を軽く説明	日テレの動画を通じて海洋ゴミ問題は深刻であるということを知ってもらう	動画	注目させる
	海洋ゴミ ・海岸の写真 (1分)	海洋ゴミについて説明	写真、実物を見もらう	パワポ	どこを見るべきか声掛け
	・実物観察 (3分) ・種類別割合 (1分)  ・海洋生物への影響 (3分)	実際の割合を説明する	手に取って何がゴミになりやすいのかを考えてもらう  参加者の知識確認	ゴミ	「何に使われていた?」「どうやって流れる?」など声掛け

<p>休憩 (10分)</p>	<p>・問いかけと流出経路 (2分)</p> <p>・マイクロプラスチック (1分)</p> <p>・実物、写真 (2分)</p> <p>・マイクロプラスチックはどうやってできる？ (4分)</p> <p>・実際の影響 ①生物濃縮(2分) ②地球温暖化 (2分)</p>	<p>参加者に説明させる。違ったら補足</p> <p>実物と写真で見ってもらう</p> <p>海洋の他に洗濯といった日常生活からもできるということ話す</p> <p>マイクロプラスチックが何に対してダメージを与えているのかを説明する</p>	<p>身近にある海もこうなっていることを意識してもらう</p> <p>自分たちも出し続けているということを認識してもらう</p> <p>プラスチックが引き起こす問題について知ってもらうため。</p>	<p>サンプル</p>	<p>知ってることありそうな人がいたら聞く</p> <p>サンプルを見せる 大学生は写真を用意する</p>
---------------------	---	--	---	-------------	---

<p>発展：転 (37分)</p>	<p>説明 (5分)</p> <p>くじ引き (2分)</p> <p>ワーク (23分)</p> <p>発表 (7分)</p>	<p>班ごとにテーマを分けて、プラスチックを減らすため活動や道具システムを考え、ポスターにまとめる</p> <p>参加者にくじを引いてもらって、プラスチックをどのテーマで考えるのかを決める</p> <p>1班約1分で、何を話し合ったかを発表してもらう</p>	<p>プラスチックを減らすために多角的な観点で考えてもらう</p> <p>参加者にプラスチック問題をワークショップの中で身近な問題をして捉えてもらう</p> <p>他の班が何を考えたかを聞き、プラスチック問題への理解を深める</p>	<p>模造紙 ペン</p>	<p>大学生をテーマごとに担当を決めて、くじ引きで決まった班のサポートをする</p>
<p>まとめ：結 (10分)</p>	<p>実際の活動 (4分)</p> <p>まとめ (2分)</p> <p>感想 (4分)</p>	<p>ライスメディアとEUのプラスチック問題に対する取り組み紹介する</p>	<p>ワークショップが終わった後も、プラスチック問題について考えて続けてもらう</p>		<p>参加者が詰まっていたら書きやすくなるような声掛けをする</p>

## 6：会場のセッティング（対面の場合のみ）



## 7：使用する教材

- ・ マラカス
- ・ ホワイトボード
- ・ ペン
- ・ 模造紙
- ・ 動画
- ・ マイクロプラスチック
- ・ 付箋
- ・ ワークシート
- ・ 海洋ゴミ
- ・ スライド
- ・ 写真

## 8：参考にした資料

- かんき出版, 三菱 UFJ リサーチ&コンサルティング 環境・エネルギー部 (2007) 『手に取るように環境問題がわかる本』 かんき出版.
- 八太昭道 (1997) 『ごみから地球を考える』 岩波書店.
- 大石不二夫 (2011) 『プラスチックが一番わかる—基本的な性質や実例から、新製品開発のヒントまで』 技術評論社.
- インフォビジュアル研究所 (2019) 『図解でわかる 14 歳からのプラスチックと環境問題』 太田出版.
- 織朱實 (2020) 『ごみから考える SDGs：未来を変えるために、何ができる？』 PHP 研究所.
- 保坂直紀 (2020) 『海洋プラスチック：永遠のごみの行方』 角川新書.
- 更家悠介 (2022) 『使い捨てない未来で—プラスチック革命 2』 日経 BP.
- 小松道男 (発行年不明) 『バイオプラの教科書：脱炭素時代のグリーン材料—世界が認める技術者か

ら本物のバイオプラを学ぶ』日経 BP.

- 塩原みゆき・杉戸智哉・川端博子（2022）「ドラム式洗濯機によるフリース布洗濯でのマイクロプラスチックの排出」『日本家政学会誌』73 巻 8 号, pp. 518-525.
- 国産水産物流通促進センター（2020）『マイクロプラスチックと魚介類～正しい知識でリスクを確認し、魚食文化を守る～』.
- WWF ジャパン「深刻な海洋プラスチック問題の原因『ゴーストギア』を無くそう！」  
<https://www.wwf.or.jp/activities/basicinfo/4452.html>（最終閲覧日：2026 年 1 月 14 日）
- Plastic Free School Japan「マイクロプラスチックが土壌に与える影響」  
[https://plasticfs.jp/2020/01/20/microplastic\\_affect\\_soil/](https://plasticfs.jp/2020/01/20/microplastic_affect_soil/)（最終閲覧日：2026 年 1 月 14 日）
- 上勝町ゼロ・ウェイストセンターWHY〈公式サイト〉  
<https://why-kamikatsu.jp/>（最終閲覧日：2026 年 1 月 14 日）
- Nissha ecosense molding「欧州のプラスチック規制はどうなっている？最新状況を解説！」  
<https://connect.nissha.com/ecosense/molding/blog/european-plastic-regulations/>（最終閲覧日：2026 年 1 月 14 日）
- UNIQLO Sustainability「THE POWER OF CLOTHING（プラスチックに関する取り組み）」  
[https://www.uniqlo.com/jp/ja/contents/sustainability/planet/sustainable\\_action/special/plastic/](https://www.uniqlo.com/jp/ja/contents/sustainability/planet/sustainable_action/special/plastic/)（最終閲覧日：2026 年 1 月 14 日）
- UNIQLO Sustainability「THE POWER OF CLOTHING」  
[https://www.uniqlo.com/jp/ja/contents/sustainability/power\\_of\\_clothing/03/](https://www.uniqlo.com/jp/ja/contents/sustainability/power_of_clothing/03/)（最終閲覧日：2026 年 1 月 14 日）
- FAST RETAILING「化学物質管理」  
<https://www.fastretailing.com/jp/sustainability/environment/chemical.html>（最終閲覧日：2026 年 1 月 14 日）
- ASPnet Japan「第 4 回ユネスコスクールオンライン意見交換会 レポート」  
[https://www.unesco-school.mext.go.jp/wp-content/uploads/2025/04/レポート\\_0206\\_「実践的に海洋ごみ問題を学ぶ～マイクロプラスチック回収方法の紹介」.pdf](https://www.unesco-school.mext.go.jp/wp-content/uploads/2025/04/レポート_0206_「実践的に海洋ごみ問題を学ぶ～マイクロプラスチック回収方法の紹介」.pdf)（最終閲覧日：2026 年 1 月 14 日）
- STATICBLOOM「1 回の洗濯でフリースから放出されるマイクロプラスチック」  
<https://www.staticbloom.co.jp/article/1回の洗濯から出るマイクロプラスチック/>（最終閲覧日：2026 年 1 月 14 日）

- ShiftC「洗う時も、着ている時も、プラスチックが放出されている。洋服のマイクロプラスチック問題をどうする？」  
<https://shiftc.jp/2024/04/08/what-to-do-about-microfibers/>（最終閲覧日：2026年1月14日）
- プラなし生活「世界でプラスチックのリサイクル率が低い5つの理由&日本の現状」  
<https://lessplasticlife.com/plastics/trash-recycle/why-are-plastic-recycling-rates-so-low/>（最終閲覧日：2026年1月14日）

## 9：その他

準備するもの

- ・ パソコン
- ・ 充電器
- ・ パワーポイント
- ・ ポインター
- ・ バインダー
- ・ ストップウォッチ
- ・ 名札
- ・ ホワイトボード
- ・ ペン
- ・ マラカス
- ・ マイクロプラスチック
- ・ マイクロプラスチックの写真
- ・ 模造紙
- ・ ワークシート