

3R

情報
発信活動
支援学習
体験

10月は3R推進月間です!

ごみ問題の解決はSDGs達成への第一歩。 3R+2R=5Rでごみを減らそう!

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



10月はリデュース・リユース・リサイクル推進月間(略称:3R推進月間)です。

3Rとは循環型社会を実現するための3つの“R”から始まるキーワードReduce(リデュース)、Reuse(リユース)、Recycle(リサイクル)の略。3Rには順番があり、まず**ごみの発生を減らす**「リデュース」、次に**使えるものは捨てずにくり返し使い続ける**「リユース」、最後に**どうしてもごみになってしまうものの中で資源化できるものを再生利用する**「リサイクル」、この順番で取り組むことが大切です。さらに近年は、この3Rに「Refuse(リフューズ)= 不用なものを断る」と「Repair(リペア)=壊れても修理して使う」という2Rを加えた“5R”が注目されています。

いまテレビや雑誌などでも盛んに取り上げられている「SDGs(サステナブル デベロップメント ゴールズ=持続可能な開発目標)」。人間活動から生じた地球規模のさまざまな問題を解決し、人類が将来に渡って地球上で平和に暮らし続けていくために、2030年までに国際社会全体で達成すべき17の目標が掲げられています。環境保護のためごみを減らす「3R」+「2R」の実践は、SDGsの実現に貢献できる最も身近な取り組み。暮らしの中のさまざまなシーンで、誰もが5Rを意識して行動することが持続可能な社会の第一歩です。

Reduce(リデュース) ごみを出さない

- エコバッグやマイボトルを利用し、使い捨てプラスチックの使用を減らす。
- 食品は必要なものを必要な量だけ買い、食材を無駄にしない。

Reuse(リユース) くり返し使う

- 日用品は詰め替えできる製品を使う。
- 使わなくなったものは、必要な人に譲ったり、譲ってもらったりする。

Recycle(リサイクル) 再資源化する

- 古紙やペットボトル、空き缶、空きびんなど、資源として再利用できるものは捨てずに正しく分別する。

Refuse(リフューズ) 不用なものを断る

- レジ袋や割り箸、過剰包装を断る。

Repair(リペア) 修理して使う

- 壊れても簡単に捨てずに、修理してできるだけ長く使う。

自然の力で家中ピカピカに!

はじめよう!ナチュラルクリーニング

～エコでやさしいお掃除術～



家族がくつろぐリビングはいつもキレイにしておきたいですね。

普段のお掃除では落としきれないフローリングの黒ずみ、目に見えにくい皮脂汚れや油汚れまで「ナチュラルクリーニング」でまとめてリセットしましょう♪

リビングルームのお掃除編

フローリング

バケツに500ml程度のぬるま湯を入れ、大さじ1杯の重曹を溶く。バケツに雑巾をつけ、しっかり絞ってから雑巾がけをする。フローリングは水に弱いので、その後に乾拭き。白い跡が残る場合は上からクエン酸水を吹きかけ、乾いた布で拭きあげる。

カーペット

重曹をカーペット全体にふりかけ、2～3時間程度おく。(ひと晩おくとより効果的です。)ゆっくり掃除機をかけ、重曹を吸い取る。

シミ…重曹ペーストを塗り、汚れとなじませる。上からクエン酸水を吹きかけ、スポンジで重曹と水気をたたくように拭き取る。

照明器具

電源を切り、はたきやフロアモップでほこりを落とす。シェード(かさ)を取り外し、重曹スプレーを吹きかけた雑巾でふきあげる。落ちない汚れは重曹ペーストを塗り、ラップやキッチンペーパーでパックする。15分～20分程度おき、水拭き。電球部分はエタノールを吹きかけた布で拭きあげる。

クエン酸水⇒クエン酸小さじ1杯、水200ml

重曹ペースト⇒重曹と水を3:1の割合で混ぜる

重曹スプレー⇒水100mlに重曹小さじ1杯

テーブル

重曹スプレーをやわらかい布に吹きかけて拭く。白い跡が残っている場合は上からクエン酸水を吹きかけ、乾いた布で拭きあげる

ソファ

布…ソファ全体に重曹をふりかける。6時間程度おき、掃除機で重曹を吸い取る。毎日の就寝前に重曹スプレーを吹きかけるだけで消臭効果あり。

合皮…重曹スプレーを吹きかけ、メラミンスポンジでこする。水拭きし、乾いた布で拭きあげる。

壁・天井・スイッチ

フロアモップや柄の長いほうきでほこりを落とす。重曹スプレーを吹きかけた布でふきあげ、水拭きする。電気のスイッチはエタノールを乾いた布にスプレーし、拭く。細かい汚れは重曹スプレーを吹きかけた綿棒で拭き取る。

※重曹は天然皮革・白木・大理石など材質により変色や劣化の恐れがあります。目立たない部分で試し、変色等がない事を確認してから使用してください。

参考資料:プロが教える「15分掃除」がわが家を変える!(世界文化社)/ナチュラル洗剤でちょこっとピカピカ掃除!(世界文化社)

「フードドライブ」開催中!!

あなたのご家庭に食べきれずに余っている未使用の食品はありませんか?西部3Rステーションでは「フードドライブ」を開催中です。ご提供いただいた食品は「特定非営利活動法人フードバンク福岡」を通じて、子ども食堂や福祉施設など食べ物を必要としている方々へ無償で配布されます。ご提供いただく食品は1点から大歓迎。これまで寄付の方法がわからず捨てていた食品を持ち寄り、支援の輪を広げましょう。

日時 毎日10:00～16:00※休館日を除く

場所 西部3Rステーション2階受付

対象食品 未使用・未開封のもの※賞味期限まで1か月以上ある、常温保存可能なものに限ります。

ご家庭で
余っている食品を
ご提供ください!

11月の3R実践講座

福岡市内に在住の方、通勤、通学されている方なら、どなたでもご参加いただけます。自宅に眠っている着物や布地をリメイクしてみませんか？

初心者向け・着物からスラッシュ開きチュニック作り【全3回】

着なくなった着物を使って、スラッシュ開きがアクセントの五分袖チュニックを作る。身頃がゆったりしているのでセーターとの重ね着もでき、一年中活躍するアイテムです。

日時 令和3年11月4日(木)、11日(木)、18日(木)
13:00～16:00

定員 8名(抽選)

参加費 500円

場所 2階研修室

応募締切 10月21日(木)必着

主な材料

着物1枚(ほどいて洗い、アイロンをかけておく)。100㌢幅×200㌢の布でも可。型紙用紙ほか。



残り布でショルダーバッグ作り【全3回】

残り布を組み合わせて、軽くて普段使いにぴったりのショルダーバッグを作る。

日時 令和3年11月5日(金)、12日(金)、19日(金)
13:00～16:00

定員 8名(抽選)

参加費 500円

場所 2階研修室

応募締切 10月21日(木)必着

主な材料

110㌢幅×50㌢程度の布を3～4種類。型紙用紙ほか。



着物から簡単作務衣(上下・裏付き)作り【全4回】

着なくなった着物の生地を使い、初心者にもチャレンジしやすい簡単作務衣(裏付き・上下セット)の作り方を学ぶ。

日時 令和3年11月6日(土)、13日(土)、20日(土)、27日(土)
13:00～16:00

定員 8名(抽選)

参加費 500円

場所 2階研修室

応募締切 10月22日(金)必着

主な材料

袷(あわせ)の着物1枚(ほどいて洗い、アイロンをかけておく)。※単衣の着物を使用する場合は裏地90㌢幅×3㌢程度が必要。型紙用紙(模造紙大2枚程度)ほか。



着物からスタンドカラーの単衣コート作り【全4回】

1枚の着物から、気軽に羽織れるスタンドカラーの単衣コートを作る。

日時 令和3年11月7日(日)、14日(日)、21日(日)、28日(日)
13:00～16:00

定員 8名(抽選)

参加費 500円

場所 2階研修室

応募締切 10月22日(金)必着

主な材料

着物1枚(ほどいて洗い、アイロンをかけておく)、ボタン:直径2.5㌢を5個。型紙用紙(模造紙大2枚程度)ほか。



応募方法

はがき、FAX、E-mail:seibuplaza2@f-kankyo.or.jpまたは西部3Rステーションの2階受付で①希望講座②住所③氏名④年齢⑤電話番号を必ず明記し、ご応募ください。抽選の上、**当選者のみ**はがきで詳細をご案内いたします。



西部3Rステーションでは、各種体験講座を開催しています。福岡市内に在住の方、通勤、通学されている方なら、どなたでもご参加いただけます。身近な3Rを体験してみませんか？

ご来館の皆さまへお願い

入館されるすべての方へ

- ・ご利用はできるだけ少人数でお願いします。
- ・発熱、咳等の症状がある場合は来館をご遠慮ください。
- ・館内は**マスク着用**でお願いします。
- ・入口に消毒液を設置していますので、**手指の消毒**をお願いします。
- ・人との距離(2m程度)を保つようお願いします。

講座を受講される方へ

- ・受講前に、体調確認と**体温測定**にご協力ください。
- ・新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、10～11月に開催予定の3R実践講座、体験講座、生ごみ堆肥相談会については、状況により実施を見合わせる場合がございます。何卒ご理解いただきますようお願いいたします。

10月の体験講座 **すべて無料です!!**

身近なもので 万華鏡

毎日 10:30～15:30
所要時間30分程度
申込 随時



はぎれ(布・革)で作る ストラップ

毎日 10:30～15:30
所要時間30分程度
申込 随時



牛乳パックで風車

毎日 10:30～15:30
所要時間30分程度
申込 随時



ハーブ入りリサイクル せっけん作り

水曜日 10:30～11:30
定員 5名/日(先着順)
申込 希望日の3日前まで



体験講座の申込方法 電話、または西部3Rステーションの2階受付で直接お申込みいただくか、①体験内容②住所③氏名④年齢⑤電話番号を明記のうえ、FAXにて下記あてにお申込みください。

生ごみ堆肥相談会 生ごみの堆肥化でお困りの方は何でも相談ください。

■ふくおか環境倶楽部主催
日時/10月9日(土)・23日(土)
13:00～16:00

場所/2F啓発コーナー
参加費/無料 事前申込/不要
※基材・テキスト購入可

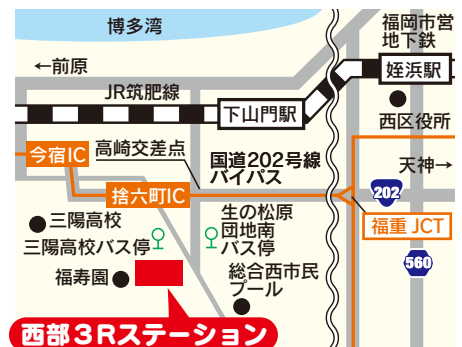


福岡市西部3Rステーション

開館時間 **10:00-17:00**
(衣類の持ち込みは16:00まで)

休館日 **月曜日**
(休日の場合は開館し、次の平日休館)

TEL **092-882-3190** FAX **092-882-4580**
〒819-0162 福岡市西区今宿青木1043番地の2



<http://www.fukuoka-seibuplaza.com>

福岡市西部3Rステーション 検索



ツイッターは
こちらから