

# 「森里川海アンバサダープロジェクト 2022」

## 4S FOR SUSTAINABILITY LABO

### 4S LABO vol.3～SMALL が産み出す豊かさ～ イベントレポート



#### 【イベント概要】※敬称略

森里川海アンバサダー四角大輔、大葉ナナコ、岸紅子、佐々木依里が発起人となり立ち上げた”4S FOR SUSTAINABILITY LABOの「S（スモール）」をテーマにしたトーク&ワークショップを開催。

#### ■タイトル

4S LABO vol.3～SMALL が産み出す豊かさ～

#### ■日時

2023年1月19日（木）19:00-21:00

#### ■会場

〒102-0083 東京都千代田区麹町1-4-4 LIFULL Table

#### ■主催

環境省 つなげよう、支えよう森里川海プロジェクト

#### ■運営

一般社団法人 theOrganic

## 【プログラム】

### ▷19:00-19:15 オープニングセッション

司会：河野 竜二

登壇：岸紅子/LIFULL代表 井上高志



### ▷19:15-20:30 スペシャルトークセッション

司会：河野 竜二

登壇：岸紅子/四井真治/寺田優

発酵及びパーマカルチャーの実践を通して身の回りの小さな世界、生物多様性の重要性を紐解いた。また、四井氏の生活においてパーマカルチャーを実践することで生活圏の自然環境が劇的に改善されたことから、人々の意識が変わることで地球環境は改善するという「希望」を提示した。



▷20:30-21:00 参加者と登壇者が交わる「SMALL LIFEのためのワークショップ」

〈ワーク構成〉

- ①「日常でできるスモールアクション」を書き出す（5min）  
グループでシェア（10min）
- ②アクションを実装するために「スモールアクション宣言」を書き出す（5min）  
グループでシェア（10min）



【ワークショップで抽出されたアクション数（87）及びアクション】

- ・微生物について探究する
- ・自分の意見を気軽にシェアできる人を作る
- ・有機、自然栽培で野菜を育てる
- ・地産地消
- ・発酵食品を作る
- ・コンポスト
- ・モバイルハウスづくり
- ・水筒を持ち歩く
- ・エコビレッジで暮らす
- ・残りのものを少なく無駄なものを買わない
- ・旅先で土地のものを買う
- ・日本酒を飲む
- ・（仕事）小さいことに着目する
- ・パーマカルチャーを勉強する
- ・パソコン使わない
- ・土のある暮らし
- ・微生物に任せる
- ・食材を無駄にしない

- ・1日1食断食
- ・田舎に住む
- ・知った人のつながったものを選ぶ
- ・コンポストを利用した家庭菜園を続けていく
- ・畑づくりにチャレンジする
- ・シャンプーを使わない
- ・無農薬野菜を作ってる農家さんから直接野菜を購入
- ・関わっている畑で野菜を買う
- ・服は友達にあげたりもらったり
- ・フルーツはときどき知り合いの農家さんから買う/たまに手伝う
- ・シェア自転車を使って遊ぶ
- ・なるべく歩く or 自転車で移動
- ・竹細工/脱プラスチック
- ・マイ橋を使用
- ・野菜を作る
- ・自分の足をもっと使う
- ・歩く/走る
- ・自転車
- ・食べるについてきちんと考える
- ・味噌、醤油、梅干し、梅酒づくり
- ・作れるものは自分で作ってみる
- ・買う生活から作る生活へシフトしていく（ポン酢も）
- ・「遊び」「移動」2つ前の駅で降りて体も環境もクリーン意識
- ・遊び体験から学ぶ日本の文化・歴史につながる環境
- ・自分と家庭フードロス無駄をなくしスモールシンプルに！
- ・食べるについてきちんと考える
- ・遊びをアクションに！自分ができる楽しい実感の持てるスモールアクション作りを
- ・家庭菜園
- ・クズ野菜でベジブロス
- ・味噌づくり
- ・茹で汁活用（洗い物、味噌汁・スープ）
- ・お風呂バスタオル→フェイスタオル使う
- ・服で温度調整
- ・自転車移動
- ・電力会社変える

- ・丸ごと食べる
- ・取り入れるものの次は人から「出るもの」に注目してみよう（尿など）
- ・キムチをつけよう
- ・食べるものを生物としてしてみる
- ・無駄なものを買わない
- ・パーマカルチャーに関連する本を読む
- ・ベジタリアン
- ・家のベランダで野菜作りしてみる
- ・歩く
- ・内観する時間を作る
- ・早寝早起き
- ・顔が見えるものを買う
- ・コミュニティの絆を形成し隣人に挨拶し豊富にあるものを寄付する
- ・流れを感じて買う、食べる、歩く
- ・お皿の上の食べ物を生物としてしてみる
- ・自分に責任を持つ
- ・自分の食べ物を育てる
- ・コミュニティ活性化
- ・家庭菜園
- ・鶏を平飼いで育てます
- ・コンポストと鶏糞で野菜を育てます
- ・近所の農家さんから食材買い、ご飯作ります
- ・電車やバスを利用する
- ・天然の食べ物を選ぶ、食べる
- ・できるだけゴミが出ないものを選ぶ
- ・ハーブなどを育てる
- ・合成洗剤を使わない
- ・コスメは全て手作り
- ・野菜の皮はきんぴらにする
- ・友人へのプレゼントはゆっくり考えて未来的に良いものを
- ・調味料はできるだけ自分で作ってみる
- ・友人ともっと日常の生活に関する話をする機会を増やす
- ・家庭でコンポストを使用し堆肥化している
- ・レジ袋を断った代替えポイントを、環境社会活動団体に還元
- ・自分のビジネスでも周りに影響する

### 【参加者情報】

- ・ イベント参加者数 92名
- ・ 参加団体/企業 数 58 団体（順不同）

工学院大学大学院建築学専攻/株式会社YumGreens/Blue Knot 株式会社/LCA国際学園 国際小学校/NTTドコモ/株式会社Valley and Wind/一般財団法人ユースエコ/（一社）環境パートナーシップ会議/（株）ミルボン/株式会社Innovation Design/文化学園大学/渋谷区観光協会/有Juliette/be-en/合同会社イーボールプロジェクト/Ekolokal株式会社/株式会社MILKBOTTLE SHAKERS/Virgin Earth/一般社団法人わたしとちきゅう/株式会社エールヴァンクル/GENERATION TIME株式会社/株式会社UPDATER/キラ星農園/デンタルハーモニー・横浜/TeT clothing/武蔵野大学/テンプスタッフ/講談社/FRaU/ファーム・クラインガルテン/一般社団法人Beeslow/INOW Kamikatsu/BOLT/ティーエフケイ株式会社/ラウロア株式会社/株式会社シンカ/みんな電力/inBetweenBlues/りゅうじん訪問看護ステーション/公益財団法人日本生産性本部/dana village /合同会社E-BALL PROJECT/一般財団法人 長谷川町子美術館/そま莉/社会福祉法人聖徳会 おおつな森の保育園/一般財団法人プロジェクトマッピング協会/株式会社日経エージェンシー/有限会社Juliette/株式会社商船三井/国際基督教大学/株式会社Bisous/一般財団法人渋谷区観光協会/国際基督教大学/株式会社ネイチャーズウェイ/アパレル・サーキュラーエコノミー協会/一般社団法人エディブル・スクールヤード・ジャパン/tomio-park/国際基督教大学/株式会社Innovation Design



中長期でのゴール：4Sラボ横展開構築

→・多くの企業及び団体担当者が参加しているため、継続参加の中で参加メリットを

実感していただく中で、横展開の相談を進めていく。

- ・研修会社と連携し、販売パッケージを構築する

パターンランゲージ：わたしになるごはん

→ スライドにて紹介

## ②事前告知および動画アップロードなど情報発信部分の取りまとめ

- ・ SNS



## ③WSでのアウトプットをどのように今後に向け整理活用を行うか

→次年度構築する研修パッケージの事例として整理活用を行う。

以上