

# エコ & ピース ナビゲーター

マイクロプラスチックごみが  
私たちに与える影響とは？

今年の8月、プラスチックによる環境汚染を防止するため、プラスチック汚染に関する政府間交渉委員会(INC)がスイスで開催された。およそ180の国と地域が参加するなか、プラスチックの生産量の規制などをめぐり、協議は難航した。現代社会の多くの分野においてプラスチックは不可欠なものとなっているが、自然環境下での分解性が低く、自然界に放出されてしまうとその回収や処理が難しいとされている。

2025年  
11月号  
Vol.49



私たち一人ひとりの  
行動が  
地球を救う



## 問題となっているマイクロプラスチック

マイクロプラスチックとは、海洋プラスチックごみが紫外線、波力等によって5ミリより微細になったものや、洗顔剤、歯磨き粉などに使うためにマイクロサイズの極小球に加工されたビーズなどを指す。水中の残留性有害物質(POPs)との親和性が高く、それらを吸着するともいわれている。

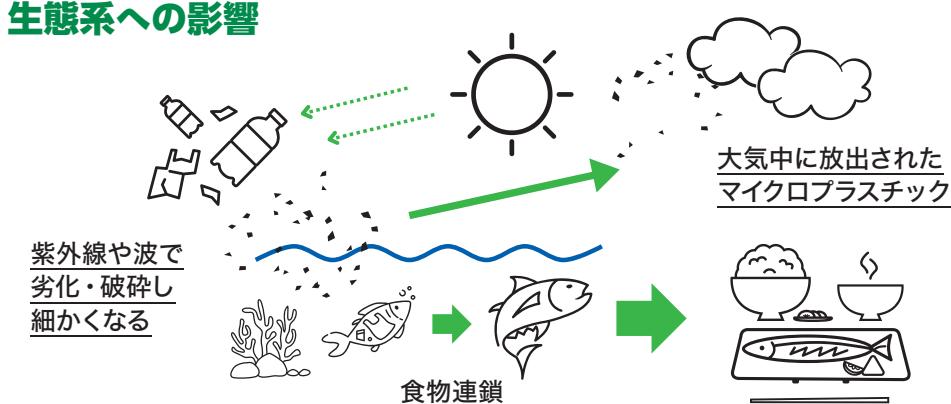
出典：公益財団法人 環日本海環境協力センター 海洋ごみポータルサイト「マイクロプラスチックって何？」

🔍 POPsとは ✖

環境中で分解されにくく、生物体内に蓄積しやすく、さらに有害な影響を及ぼしかねない化学物質の総称。残留性有機汚染物質(Persistent Organic Pollutants)の頭文字をつないだ略称で、廃棄物の焼却施設から発生するダイオキシン類といった化学物質などが挙げられる。

出典：環境省POPsパンフレット|保健・化学物質対策

## 生態系への影響



**プラスチックごみを減らすために私たちにできること**



海へと流れ出たプラスチックは微細化して魚の体内などに取り込まれていく。

特にマイクロプラスチックは回収困難なため、水中の生き物はもちろん、陸に生息している鳥や水中のサンゴにも影響を与えていたとの報告があがっている。

また、大気中のマイクロプラスチックを吸い込むことによる人体への影響についての研究はまだ始まったばかりでさまざまなリスクの懸念も考えられる。

マイクロプラスチックは、一度体内に取り込んでしまうと、プラスチック自体を吐き出したとしても、含まれている化学物質は体内に残る可能性があるとされ、食物連鎖を通して生物濃縮される問題も指摘されている。更に最近ではヒトの脳からもマイクロプラスチックが検出された事例も見つかり、注視していく必要がある。

出典：荒川クリーンエイド・フォーラム 社会課題 河川／海洋ごみ

パルシステムでは地球環境への負荷を減らすために、リデュースを中心に、環境負荷の少ない素材への切り替えやリユース・リサイクルの取り組みを進めています。

## 容器包装と付属品を見直す



「キャロットさんミニ」  
にんじんくだものジュース(AB)

年間  
約3.0t  
削減

ストローを紙に切り替え、  
1本あたり0.66gの  
プラスチックを削減

地球の未来にまじめなボディソープ  
(紙パック)

70%以上  
削減

お風呂場で使える  
業界初の紙パック容器を開発。  
使用後は回収し、リサイクル。



## 物流資材を変える

折りたたみコンテナは底面と上部の枠部分を再生プラスチックにすることで、約半量の切り替えを実現。

発泡スチロール製の保冷箱は、再生プラスチック100%の原料で製造された発泡スチロールを導入。宅配では、これら物流資材を使い捨てずに繰り返し使用している。

年間  
16t削減

今年度は原料  
約150t削減見込み



## リサイクルを強化する



パルシステムでは、商品やカタログをまとめている袋(まとめ袋)や「米袋」などの回収を呼びかけている。

リユース・リサイクル対象商品に表示している「Rマーク」が目印となっており、組合員との協力のもと、リサイクル資源の回収を強化し、資源循環に貢献している。

対象商品を戻して申し込みをすると、「パルRポイント」が付与される取り組みも行っている。

リユース・リサイクルの  
対象と戻し方については  
こちらから



## 〈平和編〉



# 平和カンパ2025

ご協力いただき、ありがとうございました

2025年度「平和カンパ」の実績

カンパ合計1,363万4,251円（昨年比198.5%+676万4,231円）

パルシステム東京の平和カンパは1996年から始まり、  
延べ2億2,252万2,428円です。



## 2025年度平和カンパ報告

こんにちは、パルシステム東京政策推進課です。6月23日～8月1日までの約一か月間「2025年度平和カンパ」にご協力いただきました。皆様からお寄せいただいた温かいご支援は7つの団体へ10月にお渡しました。今回は平和カンパ金額のご報告をさせていただきます。また、各団体の平和カンパ贈呈式＆報告会の活動レポートは以下の二次元コードよりご覧いただけます。（パルシステム東京HP「活動レポート」）

プロジェクト/団体名	贈呈額
アフガニスタンの子どもたちへ（ペシャワール会）	1,994,126円
イラク小児ガンの子どもたちへ（JIM-NET）	1,491,638円
タイ国境の難民の子どもたちへ（シャンティ国際ボランティア会）	1,759,820円
ウクライナ・ベラルーシの子どもたちへ（チェルノブイリ子ども基金）	1,436,838円
カンボジアの障がいのある子どもたちへ（AAR Japan）	1,530,571円
パレスチナの子どもたちへ（パレスチナ子どものキャンペーン）	3,925,950円
カンボジアの子どもたちへ（シェア=国際保険協力市民の会）	1,495,308円
合 計	13,634,251円

## 2025年度平和カンパ 報告活動レポート



### 2025年度平和カンパ団体

「パレスチナ子どものキャンペーン」より皆様へメッセージ ※一部抜粋

パルシステム東京「平和カンパ」を通じて、ガザ南部の貧困地域にある「ナワール児童館」の運営を長年にわたって支えていただきました。子どもを主体とした地域密着型の児童館活動は住民たちから高く評価され、小学生と母親たちの居場所となり、多くの子どもたちの成長を支えました。

2023年10月の戦争開始直後、児童館は避難所として機能していましたが、戦火が拡大する中で残念ながら破壊されました。その後、児童館の母団体と一緒に南部地域での緊急支援や子ども支援を展開しています。児童館での蓄積が緊急支援活動の土台になっています。紙と鉛筆をかき集めて寺子屋を開き、戦火の中でも教育をあきらめませんでした。また、少しでも楽しい時間が持てるような子どもの居場所を避難所に作りました。子どもたちの心や学習のサポートは「平和カンパ」の力を借りしながら、これからも注力していかなければならぬと考えています。

ガザの子どもたちに向けて、非常に多くの温かいご支援をいただいたことに心より感謝申し上げます。  
引き続き寄り添っていただけると嬉しく思います。

海外事業チーフ 中村哲也



パルシステム東京から目録を贈呈  
中村哲也氏（左）

## 2026年度平和カンパの贈呈先候補団体を募集します！

2026年の平和カンパ贈呈先団体の選考に先立ち、組合員より候補団体の推薦を受け付けます。  
推薦したい団体がある方は、推薦に必要な条件等をご確認ください。

★申込方法：パルシステム東京HP内『2026年度平和カンパの贈呈先候補団体の公募について』より

- ①申込フォームに必要事項を入力・送信してください。
- ②推薦団体からの申し込みも必要のため、推薦者から直接ご案内ください。
- 詳しくは、二次元コードよりご確認ください。

★公募締切：2025年11月30日（日）必着



平和の女神エイレーネ