


プラスチックからの解放
2021年7月のプラスチック・フリーのスケジュール

July 1

 「[Open Your Eyes](#) (目を開けてください)」のビデオを観る **ES JP**


俳優ジェフ・ブリッジスと Plastic Pollution Coalition がプラスチック危機の莫大さについての真相を明かす。

July 2

 「[Breathe This Air](#) (この空気を吸ってください)」のビデオを観る **ES JP**


Plastic Pollution Coalition 制作のこのビデオでは、「Rise St. James」の Sharon La Vigne が人種差別とプラスチックによる環境汚染との接点に焦点を当てる。

July 3

 「[Plastic & Climate: The Hidden Costs of a Plastic Planet](#) (プラスチックと環境：プラスチックの惑星の目に見えない犠牲)」のレポートを読む

このレポートでは、プラスチックのライフサイクル、温室効果ガス排出の元となっているもの、その他プラスチックがもたらす環境に対する影響を過小評価する原因となる記録されていない排出やその他不確実な原因などを探る。

July 4

 この「[Plastic Pollution Pledge](#) (プラスチック汚染を反対する誓い)」の4つの「R」の誓いを立てる


Plastic Pollution Coalition が掲げた4つの「R」(Refuse, reuse, reduce and recycle)を守る誓いを立てる。

July 5

 「[The Story of Plastic: Where Your Recycled Plastic Ends Up](#) (プラスチックのストーリー：リサイクルしたプラスチックはどこへ行っているのか)」のビデオを観る。
(日本語の字幕付きで見ることができます) **ES JP**


リサイクルのゴミ箱に入れた後のプラスチックはどうなるのか？驚きの真実！

July 6

 [Eco-Product](#) (環境に優しい製品) のリストをチェックする

使い捨てプラスチックの消費を晴らすのにはどうしたらいいのだろうか？まずはシスター達が集めた商品のリストを見て、どれだけプラスチックの使用を減らせるかチェックしてください。そして何を変えていったらいいか考えましょう。


July 7

 「[Plastics: The Last Straw for Big Oil?](#) (プラスチック：石油企業の限界は何か?)」のウェビナーを見る。

 [それについてのレポートを読む](#)。


プラスチック問題についてもっと詳しい情報を知ることができます。「As You Sow」社はウェビナーを通して、世界のプラスチックの需要に対してプラスチックの生産量が大幅にそれを上回っていること、プラスチックについての最新調査、生物分解性のあるプラスチックについて、そして Formosa Plastics などのプラスチック製造工場近辺のコミュニティーの反対運動などについて学ぶことができます。

July 8

 「[The Story of Plastic \(Animated Short\)](#) プラスチックのストーリー (ショートアニメーション)」のビデオを観る (日本語の字幕付きで見ることができます) [_ES](#) [_JP](#)


この「The Story of Stuff」制作の4分間のアニメ・ドキュメンタリーは、人間が引き起こしたプラスチック汚染の危機とそれが地球の環境に及ぼす影響をととてもよく描いたビデオです。

July 9

 「[Plastic Soup : The biggest soup in the world](#) ! プラスチック・スープ：世界で一番大きなスープ」のビデオを観る [_ES](#) [_JP](#)

人間がどれだけのプラスチックを消費しているかを面白おかしく描いた1分間のビデオです。

July 10

 あなたの地域を代表する政治家に「プラスチックから解放されたい」ことを表明してください。


91%ものプラスチックがリサイクルされていないのが現状です。プラスチック汚染のことが心配でしたら、ここをクリックし、「Break Free from Plastic Pollution Act of 2021 (2021年のプラスチック汚染からの解放法令)」のスポンサーになってくれるよう頼んでください。更に、自分のコミュニティーに「Break Free from Plastic Pollution Act」を支持してくださいといった内容の手紙を書いて地元の新聞社に送り

ES – スペイン語版または字幕が利用可能

JP – 日本語版または字幕あり


それを新聞に掲載してもらおうよう依頼してください。このリンクは7月10日より私たちのウェブサイトよりアクセスすることができます。

July 11

 [How microplastics affect your health](#) (マイクロプラスチックはあなたの健康をどう影響するか) のビデオを観る。 [ES](#) [JP](#)


この国連の環境プログラムが制作したビデオは、なぜ私たちの生活においてプラスチックをコントロールする必要があるかを説明します。

July 12

 「[No, Coca-Cola, Consumers Do NOT Want Plastic Bottles](#) (コカ・コーラ社へ、消費者はプラスチックボトルは欲しくありません)」という嘆願書にサインをする。


Cola-Cola 社に対して、より持続可能な容器を使用するよう嘆願書にサインをする。

July 13

 「[Does your personal ecological conversion make a difference to the planet?](#) (あなたの個人的な環境的回心は地球の環境に影響するだろうか?)」という記事を読む。


結果を先に言っちゃいます！作家の Barbara Fraser さんは「EarthBeat」(カトリックの週刊ニュースレター)で、個人的なアクションは絶対に地球環境に影響すると書いています。

July 14


 「[My Little Plastic Footprint](#) (私の小さな足跡)」のアップをダウンロードしてください。

このアップは、どうすれば自分のプラスチックのフットプリントを減らし、どのように「プラスチックダイエット」をして持続可能なオプションを選べるかを教えてくれます。

July 15

 [ラウダート・シの中からの引用を読んで内容をよく考えてください。](#)

July 16

 あなたの地域を代表する政治家を連絡し、飲み水をマイクロプラスチックが守るよう依頼する。

クイックツールを使って地元の政治家にイーメールを送り、マイクロプラスチックから水を守る法案を可決するよう依頼してください。

July 17

 「[#BrandAudit2020 Reveals this Year's Top Plastic Polluters](#) (BrandAudit2020 が今年のプラスチック汚染者のトップリストを発表します)」のビデオを観る。 **ES JP**

「Break Free From Plastic」が制作したこのビデオは世界中でプラスチック汚染をしているトップランキングの企業を明らかにします。このリストを見て今後の製品購入を判断してください。

July 18

 「[#WeChooseReuse](#)」のウェブページを見る。


このウェブページでは、使い捨てプラスチックを再利用できる4つの方法を学ぶことができます。

July 19

 「[The Global Commitment 2020 Progress Report](#)」のレポートを読む。


このレポートを通して、2025年までに「不必要なプラスチックを除去し、安全に再利用、リサイクル、或いは堆肥に替えられるようにプラスチックのデザインを革新し、使ったものは環境に破棄するのではなく、経済の中で循環できるように工夫する」という500社以上の企業・組織グループの立てた **Global Commitment** という誓約の進展状況を見ることができます。

July 20

 「[The Story of Plastic: Manila's Zero Waste Neighborhoods](#) (プラスチックのストーリー：マニラのゼロ・ウェイストの地域)」というビデオを観る。 **ES JP**

フィリピンでのこの地域のように、ゼロ・ウェイストのコミュニティーが世界中でどんどん現れつつあります。多くの地域はプラスチックバッグや発泡プラスチックを禁止するようになりました。環境保護活動家たちはプラスチック製造企業に対し、自社の製品の浪費の責任を取ることを、そして問題の解決になる製品デザインの改良をするよう圧力をかけている。

July 21

 あなたの地域の代表者に「**CLEAN Future Act**」のコースポンサーになるよう要請する。

気候変動により私たちは破滅的な状況に立ち向かっています。このリンクをクリックし、あなたの地域を代表する政治家と連絡を取り「**HR 1512, The Climate Leadership and Environmental Action for our Nation's (CLEAN) Future Act**」のコースポンサーになるよう促してください。この法案は2050年までに温暖化ガスの排出をゼロを達成

する明確な道を提供しています。このリンクは7月21日に私たちのウェブサイト
でライブになります。

July 22

 「[President-Elect Biden: Be a #PlasticFreePresident](#)」のビデオを観る。 **ES JP**

バイデン大統領に、プラスチックフリーの大統領になってくれるよう促す。

July 23

 「[#breakfreefromplastic: How to do a Brand Audit](#) (ブランド監査のやり方)」のビデオ
を観る。 **ES JP**


どのようにすればプラスチック汚染を行っている企業に責任を取ってもらうことが
できるだろうか？

July 24

 「[Trash TV](#)」を観る。


この一分間のビデオが視聴されるたびに、「Free the Ocean」はハワイを囲む海からご
みを一つ拾うと約束している。

July 25

 「[Free the Ocean](#)」のリンクでのトリビアの質問に答える。


トリビアの質問の答え一つに対して、彼らは海からプラスチックのゴミを一つ拾うと
約束している。答えが間違っても構いません！

July 26

 「[Break Free From Plastic to Save Our Oceans](#) (プラスチックから解放されることにより
海を守りましょう)」のビデオを観る。 **ES JP**

#breakfreefromplastic の活動は世界中の人々が家や学校、コミュニティーでのプラスチック
の使用を減らすよう促している。

July 27

 「[Marine Debris Tracker](#) (海のゴミくずの追跡)」を見る

National Geographic のアップをダウンロードし、

ES – スペイン語版または字幕が利用可能

JP – 日本語版または字幕あり

July 28

 [使い捨てプラスチックの健康と環境への影響の記事を読む](#)

プラスチック汚染連合は、私たちの海洋におけるプラスチック汚染の影響の概要を提供します。

July 29

 [プラスチックの製造に関する記事を読む](#)

July 30

 [創造について瞑想する](#)

カトリック気候規約からの創造に関するこの瞑想の使用を反映するために少し時間を取ってください。

July 31

 [請願書に署名するプラスチック汚染を止める](#)

プラスチックから脱却するためにグリーンピースのキャンペーンに参加して、あなたがサインオン時につぶやきを送信。