

目から鱗！これがニッポンの当たり前？

マイバッグを使って暮らしに生活にエコロジー

Eye Opening ! Is This Normal in Japan?

Ecology in your Life with Your Own Shopping Bag

皆さんは、エコバッグについてどれくらい知っていますか？また、普段持ち歩いている人は、どのくらいいるのでしょうか？エコバッグは、「エコロジー（ecology: 自然環境）」という言葉が由来となっていて、“ecology”の“eco”と「袋」という意味の“bag”が合わさって出来た言葉です。「自然環境のために考えられ、作られた袋」というもので、急速に普及しているものの1つです。今月はマイバッグ運動について学び、エコバッグに関する知識を深めていきましょう。

How much do you know about eco-friendly bags? And how many of you carry one with you on a daily basis?

The word “eco bag” is derived from the word “ecology (natural environment),” and bag. They are one of the rapidly spreading products that are made with natural environmental conservation in mind.

This month, we will learn about the My Bag Movement and deepen our knowledge of eco-friendly bags.

～マイバッグ運動とは～ What is the My Bag Movement?

マイバッグ運動とは、スーパーやコンビニなどのお店で買い物をする際に袋（この袋のことをレジ袋と呼びます）を受け取らず、自分で買い物袋（マイバッグ）を持参・使用するように呼びかける環境保護活動のことです。

お店で買い物をする、買ったものを入れるためのレジ袋がもらえますね。しかしそれは無料ではなく、実際にはわずかにお金がかかることがあります。

レジ袋の有料化が始まったのは2020年7月からで、小・中サイズのレジ袋は1枚3円、大サイズのレジ袋は1枚5円、特大サイズのレジ袋は1枚7円程になります。小さい金額ですが、毎回購入していると結構な金額となります。

そこで、このレジ袋の代わりの買い物袋として広く普及するようになったのが、エコバッグです。

今ではこのエコバッグを携帯する「マイバッグ運動」が当たり前の時代になっていて、もはや私たちの外出時のマストアイテムとなりつつあります。

The My Bag Movement is an environmental protection activity that encourages shoppers to bring and use their own shopping bags (My Bag) instead of getting the plastic bags from the store when shopping at supermarkets, convenience stores, and others.

When you shop at a store, you are given a plastic bag to put your purchases in. However, they are not all free and may actually cost a small fee.

The fee for plastic bags began in July 2020, and small and medium-sized plastic bags cost 3 yen each, large-sized plastic bags cost 5 yen each, and extra-large-sized plastic bags cost about 7 yen each. These are small amounts of money, but if you buy them every time you use the store, the cost amounts to quite a lot.

The eco-bag has become widely used as an alternative to the plastic shopping bag.

The “My Bag Movement,” in which people carry their own eco-bags, is now commonplace and the eco-bags have become a must-have item when going out.

～レジ袋が地球環境に与える影響～

The Impact of Plastic Bags on the Global Environment

それでは、なぜ今まで無料にしていたレジ袋を有料化にしたのでしょうか？

最大の理由は、マイバッグ運動の目的にあります。

レジ袋の主な材料は、プラスチックです。様々なものに形を変えられるプラスチックは私たちの暮らしにおいて欠かせないものですが、プラスチックが生産・焼却されればさるほど地球環境を脅かすことになっていることも事実です。環境省の計算によると、レジ袋を生産・焼却すると1枚当たり約 61g の二酸化炭素が発生するそうです。二酸化炭素は地球温暖化の最大の要因といっても過言ではありません。日本では年間でおよそ 300 億枚のレジ袋が消費されているので、もしこのレジ袋がすべて焼却処理されると、単純計算で1兆 8,300 億 g もの二酸化炭素が発生することになります。

So, why did we start charging for plastic bags when we used to have them free of charge?

The main reason is the purpose of the My Bag Movement.

The main material used for plastic bags is plastic. Plastic, which can be transformed into various forms, is indispensable in our daily life, but it is also a fact that it threatens the global environment the more plastic is produced and incinerated.

According to calculations by the Ministry of the Environment, each plastic bag produced and incinerated generates about 61 grams of carbon dioxide. It is no exaggeration to say that carbon dioxide is the largest contributor to global warming. Since about 30 billion plastic bags are consumed in Japan each year, if all of these bags were incinerated, a simple calculation shows that 1.83 trillion grams of carbon dioxide would be generated.

また、レジ袋は軽いので 飛散しやすく、自然には分解されないという特徴があります。海や山などの行楽地では、これが散乱ごみとなって環境に悪影響を与えるとともに、野生動物が誤飲して死んでしまうなどの被害が出ています。

このように、地球環境を脅かす可能性のあるレジ袋を有料化にすることによって、人々に少しでも環境問題に関心を持ってもらおうと施策を打ったのです。

In addition, plastic bags are lightweight, easily dispersed, and do not decompose naturally. At beaches, mountains, and other recreational areas, these bags become litter, which has a negative impact on the environment, and wild animals have accidentally swallowed them and died.

Thus, by charging for plastic bags, which have the potential to threaten the global environment, the government has taken measures to make people as concerned about environmental issues as possible.

～さいごに～ Finally

レジ袋が有料化されることで、実際に人々の環境への関心が高まってきました。一人ひとりがエコバッグを使うことで大量に生産・焼却されるレジ袋を減らせば、環境保護に貢献が出来ます。

またエコバッグ1枚あたり安いものですと 300 円程で買えるので、買い物のたびに毎回レジ袋を買うよりも節約にもなります。デザインや形もバリエーション豊かなので、持っているだけでも楽しくなりそうですね！

エコバッグを持つことで、地球環境にとっても皆さんにとってもたくさんのメリットが得られます。ぜひこの機会に自分だけのマイバッグを見つけ、携帯する習慣を身に着けてください。

By charging for plastic bags, people have actually become more concerned and aware about the environment.

By using eco-bags, we can contribute to environmental protection by reducing the amount of plastic bags that are produced and incinerated.

Each eco-bag can be purchased for as little as 300 yen, which is less than the cost of buying a plastic bag every time you go shopping.

There is a wide variety of designs and shapes to choose from, so it is fun just to have one!

Having your own eco bag will bring many benefits to the global environment and to all of you. Please take this opportunity to find your own personal bag and get into the habit of carrying it around with you.

未来へつなげる大切なヒント

Important Hints that Lead to Tomorrow

「分からない」ことは分かるまで確認しよう！

Double Check the Things You Don't Know Until You Are Sure

皆さんは、仕事や生活において分からないことを質問できていますか？分からないことを理解せず、放置していませんか？分からないことを分からないまま放置してしまうと、後になって大きなミスや事故につながる危険性があります。自分の仕事に責任を持って取り組むためには、まず分からないことを放置せず、きちんと内容を理解することが重要です。

Do you ask questions about things you don't understand at work or in your daily life?
Do you leave things you don't understand without really understanding them?

If you leave them unanswered without understanding them, there is a risk that you might make a big mistake or causing an accident later on. In order to do your work responsibly, it is important to understand what you don't understand, and not have it left unanswered.

次の中で1つでもあてはまった人は、要注意！

Watch out if any of the following applies to you

分かっていない(理解していない)のに「分かった」と言ってしまう

Saying “I understand” when you don’t know or understand

分からなかったけど、聞くことができない

Not able to ask despite not understanding

どうせ聞いても分からないし

Thinking that you wouldn’t understand even if you asked

なぜ、このような心理状態になってしまうのでしょうか？

Why do we end up in such a mentality?

その場では本当に分かったと思った

I really thought I understood at the time.

質問することが恥ずかしい

I was embarrassed to ask questions

日本語でのコミュニケーションが苦手、言葉の意味が分からない

I am not good at communicating in Japanese,

and I don’t understand the meaning of words.

分からないと言うと評価が下がると思っている

If I say I don’t understand, I think I will be evaluated lower.

会社の人が忙しそうなので、質問することが迷惑だと思った

I thought it would be bothersome to ask others,
because the people at the company seemed busy.

理由は様々だと思いますが、指示が分からない(理解していない)まま、仕事をしてしまうと事故やケガを引き起こしたり、不良品を作ってしまうなどのリスクがあります。「分からないときは、分かるまで確認する」という習慣を身につけましょう。

「分かっている」状況とは、最初から最後まで一人で作業ができるということです。

There may be various reasons for this, but if you do not understand the instructions, there is a risk of causing accidents or injuries or producing defective products as you try to do your job.

When you don't understand, get into the habit of "double checking until you fully understand."

You can only say "I understand" when you know how to work by yourself from start to finish.

分からないと思ったことはすぐに質問する

How can I avoid leaving things I don't understand unattended?

指示を受けたり、説明を聞いているときに、分からないと思ったことがあれば、その場ですぐに質問しましょう。「後で聞けばいい」と考えていると、質問する機会を逃してしまいます。そして、質問をするときは、事前に整理して、シンプルかつ具体的に聞くようにしましょう。「何が分からないか分からない」ときは、そのことを正直に伝え、初めから説明してもらいましょう。

Ask questions as soon as you feel you don't understand something.

When you receive instructions or hear an explanation that you don't understand, ask questions right away. If you think, "I can ask later," you will miss the opportunity to ask the question. And when you do ask a question, be sure to organize it in advance and ask simply and specifically. If you don't know what you don't understand, be honest about it and ask for clarification from the beginning.

確認作業を怠らない Never fail to check.

「簡単な仕事だし、確認はいらないだろう」と自分で判断してしまうと、トラブルの原因になります。どんな些細なことでも確認するようにしましょう。言葉の壁もあり、本当に「分かった」と思っている、実は誤解だった…ということもあるので、「自分が理解している内容」を先輩や上司に確認しましょう。

指差し確認も効果的です。自分が作業をしているところを先輩に見てもらうのも良いでしょう。

If you think that a job is so simple that you don't need to check it, you may end up in trouble. Make sure to confirm even the most trivial details. Due to the language barrier, even if you really think you understand something, you could actually be misunderstanding... so confirm "what you understand" with your seniors or supervisors. Pointing confirmation is also effective. It is also a good idea to ask senior colleagues to watch you working.

まとめ Conclusion

仕事をしていて、不明な点や疑問があることは、決して恥ずかしいことではありません。

分からないことを隠したり、そのまま放置してしまうことの方がとても無責任な行為で、周囲からの信用を失ってしまいます。分からないことを理解することはむしろ自分自身を成長させてくれるチャンスです。積極的に質問をしていきましょう。

There is nothing to be ashamed of when you have questions or doubts at work.

It is very irresponsible to hide what you do not understand or to leave it as it is, and you will lose the trust of those around you. Understanding what you don't understand is rather an opportunity to grow yourself. Be proactive and ask questions.

何よりも 安全最優先

First Safety Over Everything

5Sと安全な職場づくり

Creating a Safe Workspace with 5S

～ 日本人が5Sを大切に理由 ～

～ The Reason Japan Values 5S ～

1. 5Sとは何か What are the 5S?

まず、5Sについて確認しましょう。First, let us review the 5S.

整理 (Seiri) : 必要な物と不要な物を分け、不要な物を処分する。

Sort (Seiri): Separate necessary items from unnecessary ones and dispose of unnecessary ones.

整頓 (Seiton) : 必要なものを、取りやすく返しやすい並べ、表示する。

Set in Order (Seiton): Arrange and display necessary items in a way that makes them easy to pick up and return.

清掃 (Seisou) : 職場・機械・工具を清掃するだけでなく、異常がないか点検する。

Shine (Seisou): In addition to cleaning the workplace, machinery, and tools, inspect them for any abnormalities.

清潔 (Seiketsu) : 3S(整理・整頓・清掃)を維持する。

Standardize (Seiketsu): Maintain 3S (Sort, Set in Order, Shine).

躰 (Shitsuke) : ルールや規則を守る習慣をつくる。

Sustain (Shitsuke): Create the habit of following rules and regulations.

これらを徹底することで、安全で効率的な職場環境が作られます。5Sは全ての改善活動の土台になるもので、工場や建設現場だけでなく病院や学校でも導入されています。

By thoroughly following these, you can create a safe and efficient work environment.

5S is the basis of all the improvement action (kaizen). So not just in the factories and construction

2. 5Sができていない職場では事故が多い

Accidents are More Likely to Occur in Workplaces where 5S are Not in Place.

整理・整頓が行き届いていない職場では、散乱している物に衝突したり躓いて転倒したりするリスクが高まります。

In a workplace that is not well sorted and set in order, there is an increased risk of collisions with scattered objects and tripping and falling.

清掃・清潔が不十分な職場では、床にこぼれた油や水に滑って転倒する事故が起こります。また、機械や工具が汚れて突然故障したりすることが事故の原因になります。

In workplaces that are not adequately cleaned (shined) and sanitized (standardized), accidents can occur when workers slip and fall on spilled oil or water on the floor. Another cause of accidents is the sudden breakdown of machinery and tools due to dirt.

躰が徹底されていない職場では、従業員の「ルールを守ろう」という意識が低く、事故やトラブルが多発します。

In workplaces where discipline is not thoroughly sustained, employees are less inclined to “follow the rules,” resulting in more accidents and problems.

3. 5Sで安全な職場をつくる 5S for Creating a Safe Workplace

5Sの徹底は、安全な職場をつくるために不可欠です。不要なものを排除し(整理)、全てのものが所定の位置にある状態を保つ(整頓)ことで、作業者は安全かつ効率的に作業を進めることができます。

また、清掃を徹底し職場や機械を清潔に保つことは、滑りやすい床や機械のトラブルといった事故の原因を取り除くために重要です。そして、これらを実行するために、従業員がしっかりルールを守る(躰)ことが必要です。

Thorough implementation of 5S is essential for creating a safe workplace. By eliminating unnecessary items (sort) and keeping everything in its place (set in place), workers can work safely and efficiently.

Thorough cleaning (shine) and keeping workplaces and machinery clean (standardize) are also important in eliminating causes of accidents such as slippery floors and machine trouble.

In order to implement these measures, it is necessary for employees to firmly follow the rules (sustain).

4. 5S＝躰＝日本人が大切にしていること 5S = Discipline = What Japan Values

皆さんは日本に来たとき、「日本はきれい」と感じませんでしたか？ 私たち日本人は子どもの頃から「道にゴミを捨ててはいけません」、「部屋を片付けなさい」などと指導されます。これは5Sの考え方と同じです。日本人にとって5Sは生活に根付いたとても大切なことなのです。

皆さんも、職場で、寮で、毎日5Sを実行してください。

When you first came to Japan, you may have felt that "Japan is clean." The Japanese are taught from childhood not to throw trash on the street, to tidy up our rooms, etc. This is the same as the 5S concept. To the Japanese, 5S is a very important aspect of daily life.

Please do practice 5S every day at your workplace and dormitory.

実習生の皆さんへ To our trainees

仕事で、生活で、毎日5Sを実行して、習慣にしてください！

Please make it a habit to practice the 5S every day at work and in your daily life!