

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

チャレンジしてみませんか?

SDGs(エス・ディー・ジーズ)って何?

- ☑「Sustainable Development Goals(持続可能な開発目標)」の略称
- ☑国連で採択され、2030年までに達成をめざす世界共通の17の目標
- ☑地球環境を守るとともに、誰一人取り残さない未来をつくるのが理念

暮らしの中から実践しよう

ゴールに向かって小さなことからコツコツと。暮らしの中でできることを考えてみましょう。



〈ゴール1〉
貧困をなくそう

例: 寄付活動など貧困問題の解決に向けた取組に参加しよう



〈ゴール2〉
飢餓をゼロに

例: 余りそうな食品はフードバンク*に寄付してみよう
*安全に食べられるのに様々な理由で処分される食品を、必要とする人や施設に届ける活動



〈ゴール3〉
すべての人に健康と福祉を

例: 定期的に健康診断を受けよう



〈ゴール4〉
質の高い教育をみんなに

例: いちようネット*で気になる講座を探して受講してみよう
*大阪市生涯学習情報提供システム



〈ゴール5〉
ジェンダー平等を実現しよう

例: 誰もが育児休業を取れる環境を作ろう



〈ゴール6〉
安全な水とトイレを世界中に

例: 水の大切さを意識して、節水を心掛けよう



〈ゴール7〉
エネルギーをみんなにそしてクリーンに

例: 電気をこまめに消費しよう



〈ゴール8〉
働きがいも経済成長も

例: ワークライフバランスを考えて働こう



〈ゴール9〉
産業と技術革新の基盤をつくろう

例: 身の回りのインフラについて考えてみよう



〈ゴール10〉
人や国の不平等をなくそう

例: お互いの違いを認め合い、理解しよう



〈ゴール11〉
住み続けられるまちづくりを

例: 災害に強いまちにするため、家族や地域で防災について考えよう



〈ゴール12〉
つくる責任 つかう責任

例: 物を買う時は、使い終わってからのリサイクルまで考えてみよう



〈ゴール13〉
気候変動に具体的な対策を

例: ごみはきちんと分別し、二酸化炭素の排出を少しでも減らそう



〈ゴール14〉
海の豊かさを守ろう

例: プラスチックごみによる海洋汚染を防ぐため、マイボトルなどを積極的に使おう



〈ゴール15〉
陸の豊かさも守ろう

例: 森林保全につながる間伐材を使った製品を使おう



〈ゴール16〉
平和と公正をすべての人に

例: 子育てを地域でサポートするなど児童虐待の起こらない社会にしよう



〈ゴール17〉
パートナーシップで目標を達成しよう

例: まずはボランティア活動や地域の活動に参加してみよう



今月から「わがまち北区」の記事に、関連するSDGsのアイコンが登場します。アイコンを探して、どんなゴールにつながっているのか考えてみませんか。

Instagramの投稿募集

「私の好きな北区」「みんなに教えてあげたい北区」の写真や動画を募集しています。ハッシュタグ「#キタフレ」「#kitakufriend」をつけてInstagram (Instagram) に投稿してください。素敵な投稿を北区役所公式Instagram (@kitaku_osaka) や「わがまち北区」紙面でご紹介します。



_mi.23_さん
空は秋。
#大阪市立東洋陶磁美術館
#大阪 #中之島
#キタフレ #9月
#初秋 #空
#雲 #暑い
#フィンランド陶芸
#マリメッコ



iikochan.nikeさん
新淀川大橋からの日の出
9月15日5時50分撮影
#淀川
#新淀川大橋
#日の出
#キタフレ
#朝焼け



みんなの新健康法

コロナ禍で運動不足になりがち。新たに始めた健康法はありますか?

本庄東在住・専業主婦 西方千晶さん (70代・女性)
地域の子どもは我が子のような存在。約7年前から毎朝、同じマンションに住む子どもたちの通学を見送る挨拶運動を続けています。
私が好きで始めたことなのに、6月に中学生から「挨拶のおかげで毎日気持ちよく過ごせます」と手紙をもらい、嬉しくて涙が出ました。人とのつながりは心の健康につながる。今だからこそ強く感じます。

大淀中在住・パートタイマー 古川瑛子さん (60代・女性)
日常生活の中で運動量を増やすように心掛けています。食料や日用品の買い物は、少し遠くても必ず徒歩で。週末は主人と早起きして、近所を約1〜2時間ウォーキングします。
腸内環境を整えると免疫力が向上すると聞き、発酵食品を毎食取り入れるようにもなりました。今年は味噌作りにも挑戦。食べ頃になる来月が待ち遠しい。

国分寺在住・マンション経営 東田博司さん (70代・男性)
筋力維持のため毎日運動しています。サイクリングは毛馬桜之宮公園から都島橋を渡って南下し、川崎橋を渡って北上するコースを約1時間。腕に重り1kgをつけて筋力体操もします。
以前はマンションのフリースペースで地域の交流を深めようと、落語家を招いて落語会を開いていました。笑っても健康法の一つ。また再開したいです。

曾根崎在勤・保険コンサルタント 梶原正晴さん (60代・男性)
健康診断で脂肪肝を指摘されたが、在宅勤務が増え、深夜の暴飲暴食がなくなると自然と減量に成功。昨年夏前の緊急事態宣言明けには6kg痩せていました。
久しぶりに会った人に「若返った」と言われて調子に乗り、適正体重をめざして休日にジョギングも始めました。体が軽くなり朝の目覚めも良好です。

地域SNSアプリ「ピアッザ」に、「みんなの新健康法」を投稿しよう!

ピアッザ 大阪市北区 検索