

「IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック」マニュアル

Think globally - Act locally



ごあいさつ

この「マニュアル」では、JOCがこれまでスポーツ界で進めてきた環境活動を分かりやすく紹介するとともに、「IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック」に基づく環境活動の展開の方法について各競技共通のポイントを示しています。

ガイドブック（別冊）はIOCによるスポーツと環境の関係についての概説並びに各競技の特性に応じた環境活動を詳しく記述しています。

各団体等においては選手、指導者、競技会場、観客などの特性も加味しながら適切な環境活動に取り組まれることを期待します。

財団法人 日本オリンピック委員会
スポーツ環境専門委員会
委員長 板橋一太



JOC環境プログラムの基本方針	P 2
JOCの環境スローガン	P 3
JOC加盟団体の環境アクション(基本活動)	P 5
環境アクションの展開実施例	P 7
“スポーツと環境” グリーンアクションフォーラム	P13
展開組織	P15
「IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック」	P16
「IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック」マニュアル	
1「団体と個人の環境アクション」	P17
2「トップアスリートのアクション」	P19
3「環境アンバサダーのアクション」	P20
低炭素社会づくりに向けたアクション	P21



◎ここでは、環境活動における「戦略」と「実践計画」について、IOCがNOCに配付した「環境活動ガイドライン」で説明します。

戦略と実践計画

STRATEGY (戦略)

1. 各自の責任範囲で誰に影響を与えるべきでしょう。
2. 实际的で明確に達成可能な目標を設定して、何を改善したいのか明らかにしましょう。
3. 何故、この活動は役に立ち、必要性があるのでしょうか。利点や議論すべき項目を明確にしましょう。
4. 何がこの目標を達成することを阻害する障壁になるでしょう。
5. あなたの組織の内外で誰がお手伝いをしてくれるのでしょうか。
6. この目標達成には誰を感化し誰に根回しをすべきでしょう。
7. どのようなツールを使って感化すべきでしょう。

ACTION PLAN (実践計画)

1. 目標達成のため具体的な実践活動はなんでしょう？ 選択と集中が大切です。
2. どのように活動を進めて行きますか？
3. 目標達成への責任者は誰ですか？ また、それぞれの役割を明確にしましょう。
4. どのような人材とどのくらいの資金が必要ですか？
5. いつまでに目標を達成しますか？ 予定表を作ってみましょう。
6. この目標を達成するために誰を感化し誰に根回しをすべきか明らかにしましょう。
7. 目標を達成するについて、どのように進捗を測りますか？

※IOC配布の環境活動ガイドラインより

◎ここでは、「IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック」を参考にした、JOCの環境スローガンについて説明します。

Think Globally
Act Locally

「地球規模で考え、足もとから行動する」

環境と持続可能な開発において、重要でない行動はない。

たとえごく小さな行動でも私たちの未来のために大切である。

そして、それは子供たちの未来でもある。

オリンピックと同じく、参加することに意義があるのだ。

(IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック 第5章より)

1) どこからスタートするのか？

足もとから行動することである。そして、簡単にできることから始めることだ。もう一度、あなたがプレーする競技の章を読み直し、一番簡単だと感じるアドバイスに従うことである。先進国の人なら、明日から練習に出かけるときは、車ではなく自転車や公共交通機関を使う。発展途上国に住むアスリートなら、自分の時間の何分かをピッチやスタジアムに落ちている目障りなビニール袋を拾うのに使う。競技団体のリーダーなら、リサイクルペーパーで両面コピーをとるなど、現在の状態から一歩踏み出して欲しい。

2) いかに継続するか？

グローバルに考えることである。つまり自分の行動を他人に伝えたり、説明したりすることによって、広く波及させることができる。最初は、所属クラブの友達や家族、隣人に、持続可能な開発に貢献することや環境保護をスポーツの情熱と結びつけることが、どれだけ心地よいかを話す。行動するということがいかに簡単かを語りかける。自分が環境活動を続けてきた理由を説明する。このガイドブックの前半を読み直し、いかに自動車による大気汚染が地球温暖化を進めているか、そして競技場の目障りなごみがもたらす健康被害について伝える。また、環境によりコピー機の使い方を率先して実行することで、再生不可能な資源の保全を推し進めることができる。

スポーツと同じく、環境保護と持続可能な開発への道のりには努力が不可欠である。しかし、一番大切なのはその行動を楽しく行うことだ。人々に義務感を感じさせるより、納得させるのだ！ 結局、厳しいルールがあったとしても説明不足であれば納得されず、実行に結びつかない。熱意と信念こそが地球環境にとって最も重要なもののなのだ。

3) さらに推し進めるには？

個人のエネルギーを、クラブの仲間やチームメンバーや対戦相手とも、環境や持続可能な開発のために共有することである。植林する。井戸を掘る。トイレを設置する。荒れた土地を再生させる。海岸を清掃する。ごみを集める。自分が行っている競技に障がい者が参加できるよう促す。クラブの門戸をあなたの近くに住む若者や女性、他の社会的組織に開放する。環境保護グループの活動に参加する。当局に持続可能な開発のために責任を持つよう圧力をかける。あなたの活動をマスメディアに知らせる。

あなたの関わるスポーツを、あなたの子供たちにとって住みやすい世界をつくるための手段としなさい。

それはとても簡単なこと——あなたがそうしたいと思えばいい。

JOC加盟団体の環境アクション（基本活動）

◎ここでは、JOC加盟団体が行う環境アクションの両輪である、「啓発活動」と「実践活動」について説明します。

【啓発活動】

JOC横断幕、ポスター掲示

パンフレット配布

TM6%横断幕記念撮影

TM6%プログラム広告掲載

TM6%ブース出展

スポーツアンバサダー活動

セミナー、会議、競技会などで展示

【実践活動】

公共交通機関の利用促進

コピー用紙使用削減

環境配慮印刷の実施

事務所内電気使用量削減

グリーン購入の実施

ゴミの分別回収

植林や森林保全イベントの実施

すでにJOCが行っている環境 保全活動を踏まえ
各競技団体が継続的に取り組む環境アクション（基本活動）
Think Globally ActLocally の 推進

環境アクションの展開実施例

◎ここでは、JOC加盟団体が「チーム・マイナス6%」（環境省）と連携し展開した環境アクションの実施例などを紹介します。

【啓発活動】

1) JOC加盟団体主催大会などで横断幕イベントの実施

- 温暖化に対する危機意識を啓発



2) JOC加盟団体主催大会などでチーム・マイナス6%ブース出展

- チーム員の登録を呼びかけ



【啓発活動】

3) JOC主催イベントでの啓発活動

- JOC加盟団体との活動のパネル展示や、横断幕イベント、ブース出展など
 - ・担当者会議、地域セミナー
 - ・オリンピックコンサート
 - ・オリンピックデーラン
 - ・オリンピックフェスティバル



【実践活動】

4) JOC主催イベントでの実践活動

- 植林事業やゴミの分別など

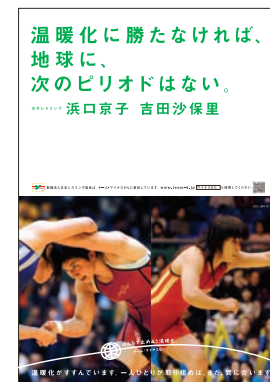


環境アクションの展開実施例

◎ここでは、新聞、雑誌、交通広告、プログラム原稿などで、JOC加盟団体が「チーム・マイナス6%」と連携した啓発活動の展開実施例を紹介します。

5) JOC加盟団体とチーム・マイナス6%のビジュアル連携

- アスリートなどの肖像と温暖化防止のためのコピーによる
広告ビジュアルを制作〔平成19年度〕
(写真は雑誌や大会プログラムに掲載されたもの)



オリンピックは、地球以外で開催できない。

スポーツをする者は、誰よりもたくさん空気を吸い、水に触れ、気温を肌で感じる。考えてみれば、これほど、環境の影響を受ける人間はいないかもしれません。逆に言えば、スポーツを楽しめる環境を守ることとは、地球環境を守ること。そう信じる私たちは、いま選手たちにも呼びかけ、さまざまな活動に取り組んでいます。北京オリンピックの日本代表選手団壮行会で選手全員にマイバッグを贈呈したのもそのひとつ。どんな小さなことでも、ひとつひとつ積み重ねること。そうでなければ、低炭素社会は実現できないと思うのです。みなさんも環境のためにできることを身の回りから見直してください。ご協力をお願いします。

〈陸上〉

写真左から
朝原宣治
藤平健士
米國信吾
塚原直貴



JOC/JAAF-006

〈競泳〉

写真左から
宮下純一
北島康介
藤井尚郎
佐藤久佳
松田丈志
中村礼子



JOC/JASF-010

〈シンクロナイズド スイミング〉

写真左から
原田早穂
鈴木絵美子



JOC/JASF-010

〈体操〉

写真左から
坂本功貴
中瀬津也
井口雄
内村航平
富田洋之
鹿島文博



JOC/JGA-008

〈レスリング〉

写真左から
浜口京子
伊藤千春
伊藤麻
菅田沙保里
瀬元健一
松永共広



JOC/JWF-018

〈自転車〉

永井清史



〈フェンシング〉

大田雄貴



JOC/FJE-001

〈ソフトボール〉

写真上段左から
西山朋
坂井寛子
松谷美佳
松島美
佐藤理恵
江本奈穂
三村真澄
峰幸代

写真下段左から
藤本南子
伊藤幸子
野村亜由美
上野山純子
山田麗聖
馬淵智子
広瀬芽



JOC/JBA-002

〈柔道〉

写真左から
谷本歩実
上野雅章
石井聖
内海三入
塚田真命
中村美里



JOC/AJF-003



みんなで止めよう温暖化

チーム・マイナス6%

チーム・マイナス6%



財団法人日本オリンピック委員会
JAPANESE OLYMPIC COMMITTEE



日本だからできる。
あたらしいオリンピック!

温暖化でスポーツを消さないで! STOP THE 'GLOBAL WARMING' 子供たちのために、未来をとり返そう

www.team-6.jp マイナス6% と検索してください。



“スポーツと環境” グリーンアクションフォーラム

◎京都議定書約束期間に入った2008年、スポーツ界が率先して行動するため、グリーンアクションフォーラムを開催し、アクション決議を行いました。



JOCは、2008年10月12日(日)、チーム・マイナス6%(環境省)との共催により、「“スポーツと環境” グリーンアクションフォーラム」を開催。全国のスポーツファンに対して、一人ひとりが生活の中で出来る温暖化防止行動の実践を呼びかけることを目的として行い、「スポーツと環境 アクション決議」を採択。

■ オープニングスピーチ



竹田 恒和氏



斉藤 鉄夫氏

■ パネルディスカッション



板橋 一太氏



水野 正人氏



末吉竹二郎氏

■ トークセッション



北島 康介 選手



太田 雄貴 選手



谷本 歩実 選手

■ プログラム

＜オープニングスピーチ＞

日本オリンピック委員会 会長 竹田 恒和
環境大臣 斉藤 鉄夫

＜パネルディスカッション＞

IOCスポーツと環境委員会 委員 水野 正人
JOCスポーツ環境専門委員会 委員長 板橋 一太
国連環境計画 金融イニシアチブ 特別顧問 末吉竹二郎

＜トークセッション＞

北島 康介 (日本水泳連盟)
太田 雄貴 (日本フェンシング協会)
谷本 歩実 (全日本柔道連盟)
キャスター 山本 浩 (アナウンサー・NHK解説委員)

スポーツと環境 アクション決議

～この星の子供たちのため、日本のアスリートは足元から行動します～

— この会議に集った日本のスポーツ関係者は —

- I.
多くの仲間に関生活における地球温暖化防止を呼びかけ、自ら率先して「チーム・マイナス6%」の6つのアクションを実践します。
- II.
スポーツ活動における「カーボンオフセット・スポーツイベント」の実施など地球温暖化防止対策に取り組み、東京オリンピック招致が標榜する「カーボンマイナス・オリンピック」の実現に向けて行動します。
- III.
世界の仲間と共に、スポーツを通して人も地球も健康である「低炭素社会」を目指します。

平成20年10月12日
スポーツと環境 グリーンアクションフォーラム
参加者一同

- 名 称：“スポーツと環境” グリーンアクションフォーラム
- 主 催：財団法人日本オリンピック委員会 (JOC)
- 共 催：チーム・マイナス6% (環境省)
- 後 援：読売新聞社
特定非営利活動法人 東京オリンピック・パラリンピック招致委員会
- 協 力：Sports Graphic Number / 月刊ソフトコノ
財団法人日本陸上競技連盟 / 財団法人日本水泳連盟 /
財団法人全日本スキー連盟 / 財団法人日本レスリング協会 /
社団法人日本フェンシング協会 / 財団法人全日本柔道連盟
- 日 時：2008年10月12日(日) 10:00～12:00
- 会 場：丸ビルホール

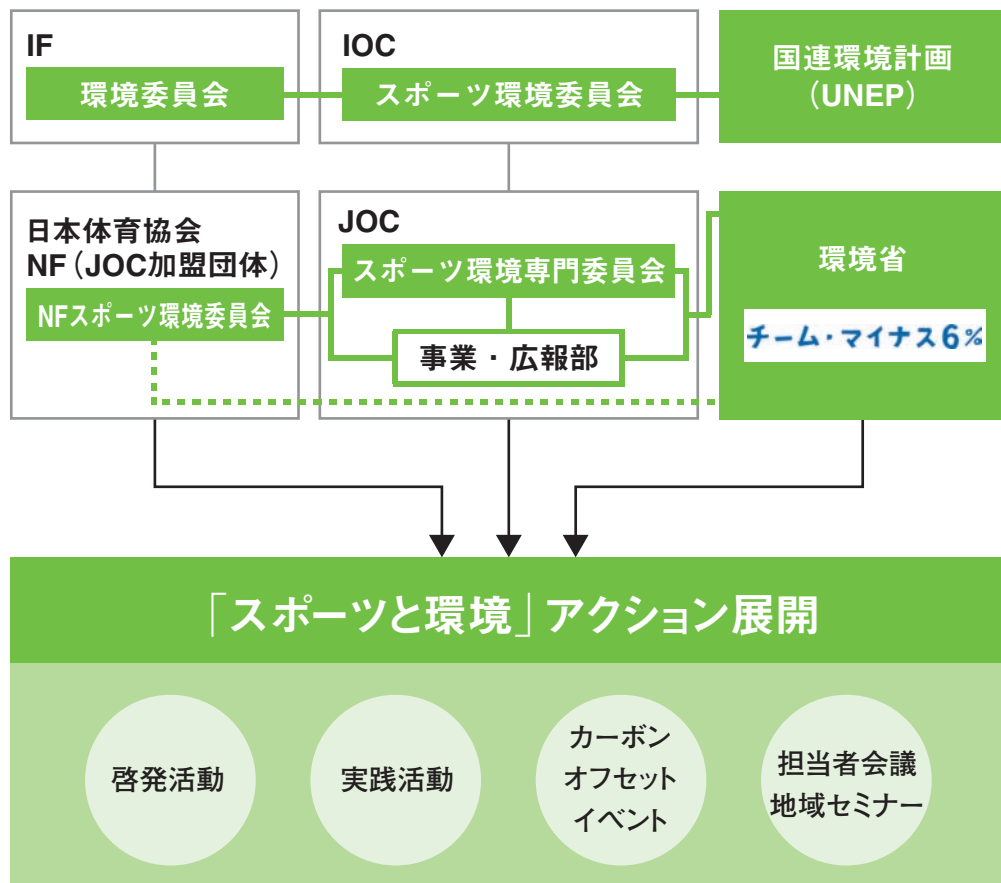


写真提供：アフロスポーツ

展開組織



◎ここでは、JOC加盟団体がどのようなつながりで環境アクションを展開しているのかを説明します。



「IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック」



◎国際オリンピック委員会 (IOC) は、スポーツ関係者における環境活動の啓発と実践のためにガイドブックを作成しました。
ここでは、その内容を紹介します。

“IOC Guide on Sport, Environment and Sustainable Development”



国連環境計画 (UNEP) と国際オリンピック委員会 (IOC) が共同で開催した第6回「スポーツと環境に関する会議」(ナイロビ) で、IOCがスポーツにおける環境と持続可能な開発のための新しいガイドラインを示した。さまざまなスポーツと生態系の間の相互関係がまとめられており、各競技団体にとって、持続可能な発展の主な原則に基づく環境配慮の方法論的で実用的なツールが示されている。競技者とさまざまなスポーツ (ウォータースポーツから体操のような室内で行うもの、大きな野外での試合等) の環境への影響を分析しており、スポーツ参加者と観客の実践的な解決策を提案している。

※IOC Official Website PROMOTION OF SUSTAINABLE DEVELOPMENT より抜粋

「IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック」(英文)

ダウンロードURL: http://www.olympic.org/uk/organisation/missions/environment/full_story_uk.asp?id=2030



国際オリンピック委員会が作成した「IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック」

に基づき、JOC加盟競技団体が、わかりやすく「啓発」と「実践」ができるよう、次頁より

「IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック」マニュアルとして以下のポイントを抜粋して説明します。

1. 団体と個人の環境アクション
2. トップアスリートのアクション
3. 環境アンバサダーのアクション

1 「団体と個人の環境アクション」



◎「IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック」から抜粋した4つのテーマで、団体と個人に分けて具体的な取り組み事例を説明します。



プレーヤー テーマ	団 体
エネルギー 	・電球型蛍光灯を使用する(日)。 ・就労時間外では照明を消し、電気機器のスイッチを切る(日)。 ・電気機器(コンピュータ、テレビ、ビデオレコーダ、DVDプレーヤー等)は、使用しない時には省電力モードにする(日)。 ・自然エネルギー源(水力・風力・太陽光・バイオマス・地熱等)を使用する(日、大)。 ・照明用として再生可能エネルギーを利用できない場合は、日中に競技会を行うことを優先する(大)。 ・古い冷蔵庫やエアコンを省エネタイプに切り替える(日)。
水 	・必要ならば飲み水(雨水だめ、井戸、配水管への接続管)、シャワー、トイレ、ごみ箱、廃棄物回収装置などの基本的衛生施設を設置する(日、大)。 ・施設(更衣室、トイレ等)の定期清掃を徹底する(日)。 ・節水コマを使用する(日)。 ・グラウンドの水撒きに、ためた雨水が利用できるようにする(日、大)。 ・水の二次利用(風呂の残り湯で洗濯等を励行する)(日)。 ・水洗トイレは、節水タイプのものを使用する(日、大)。
移動 	・1km未満であれば、徒歩や自転車による移動を奨励する(日、大)。 ・1km超の移動の場合は、公共交通手段を使用するか、自家用車を利用する場合は相乗りする(日、大)。 ・車両を購入する時には、できれば、汚染防止装置(触媒コンバータ、粉塵フィルター)がついているものや、ハイブリッド車やバイオ燃料利用可能なエコカーを選ぶ(日、大)。 ・所有する車両のエンジンを定期的に整備する(日)。 ・イベントを計画する時には、観客が公共交通手段を使用できるようにする(大)。
ゴミ 	・ゴミの分別を徹底する(日、大)。 ・可能な限り、環境基準を満たす製品(エコラベル、グリーンマーク等)を使用する(日、大)。 ・用紙、包装材、プラスチック、ガラスは、リサイクルするか再利用する(日、大)。 ・下書き用には印刷に失敗した紙を使用する(日)。 ・事務用には再生紙または無漂白紙を使用する(日、大)。 ・できるだけ裏紙を使用する(日、大)。



プレーヤー テーマ	個 人
エネルギー 	・エネルギーの無駄遣いを避ける(冷蔵庫の開け閉め、パソコン利用時間、温水洗浄便座、ジャーの保温など)(日、大)。 ・使用していない照明を消す(日、大)。 ・冷暖房を使用する時にはエネルギーの節約に心掛ける。 (冬の暖房は20℃、夏の冷房は28℃に設定)(日、大) ・電気機器を休止モードのまま長時間放置しない(日、大)。
水 	・シャワーはこまめに止める(日、大)。 ・入浴、洗濯などで水の無駄遣いを避ける(日)。 ・使用後に蛇口を完全に閉める。 また、水漏れのない水ポンプや容器を使用する(日、大)。 ・日中の暑い時間帯に庭の水やりは行わない(日)。 ・自動車の洗浄では節水に心掛ける(日)。 ・間隔をあけずに入浴する(日)。
移動 	・短距離であれば、歩くか自転車を利用する(日、大)。 ・長距離移動の場合は、あれば公共交通手段を使用する(日、大)。 ・車を使用する場合、ふんわりアクセルやアイドリングストップを行い、より効率的な移動を心掛ける(日、大)。 ・燃費が良い自動車を選ぶ(日、大)。 ・自動車を使用する場合は、相乗りやカーシェアリングを行う(日、大)。 ・ガソリン車の場合は、できれば無鉛ガソリンを使用し、触媒コンバータを搭載した車を選ぶ。また、ハイブリッド車の導入や、バイオ燃料車両の使用を検討する(日)。 ・ディーゼル車の場合は、粉塵フィルターを搭載した車種を選ぶ(日)。
ゴミ 	・廃棄物の正しい処分を心掛ける(日、大)。 ・移動時に自然環境中にゴミ(タバコの吸殻、チューインガム、レジ袋、食べ残し等)を捨てない(日、大)。 ・自然環境中に直接排泄物や廃水を投棄することを避け、下水を使用する。また、汚水浄化槽またはトイレを使用して、それを定期的に汲み取る(日)。 ・ゴミは、その地域のゴミ分別基準に従い分別する(日、大)。 ・道具、器具はできるだけ長く使う(日)。 ・水筒を持ち歩き、ペットボトルの使用を減らす(日、大)。 ・マイバッグを持ち歩く(日)。

これらはどのスポーツ団体・個人にも共通したものであり、各団体は可能なアクションをチョイスする。
項目の中の(日)は、日常からのアクション、(大)は、大会からのアクションを示している。

2 「トップアスリートのアクション」



トップアスリートは

- 常に見られている事を意識して、**模範的**な態度で行動する。
- 温暖化の危機を身近に感じているため、温暖化防止を訴える言葉に**説得力**がある。
- トップアスリートの言葉にはファンを行動させる**影響力**と**責任**がある。
- 引退後も環境アンバサダーとして**長期的**に活動する。



SAJ21承認第298号



写真提供：アフロスポーツ

トップアスリートだからこそできるアクション

トップ選手はその名声とメディア露出を利用して、
環境保全と持続可能な開発を推進するアイデアを広め、
この分野でのオリンピックファミリーの活動の発展に貢献する。

他にも…

- ◇クラブの環境と持続可能な開発の担当官に協力する。
- ◇クラブ内で環境保全タスク（清掃、廃棄物回収、照明や電気機器のスイッチを切ること等）を進んで引き受ける。
- ◇世代、性、文化、信仰、出身地が異なる市民間の対話や理解の促進を目的としたクラブの活動（グループ研修セッションや遠足、経験の共有等）に参加する。
- ◇クラブが係わる環境保全の取り組み（環境デー、緑地の清掃等）に進んで参加する。
- ◇スポーツをする時には環境に配慮して（廃棄物を捨てない、競技場への移動手段としてできる限り公共交通手段を使用する等）良い模範を示す。
- ◇他のクラブメンバーに対して環境に配慮し持続可能な開発を支援するように促す。

（IOCスポーツと環境・競技別ガイドブックより）

3 「環境アンバサダーのアクション」



環境アンバサダーは

- トップレベルの選手だったので知名度があり、その発言は**ファンの心に届く**ものである。
- それぞれの競技の**環境活動を代表**する。
- スポーツ界の環境保全の**啓発活動・実践活動**を行う。



私たちは、**JOC環境アンバサダー**です。



写真提供：アフロスポーツ／フォート・キシモト

環境アンバサダーだからこそできるアクション

- ◇スポーツを通じて環境保全意識を高める
- ◇メディアで積極的に環境に関する発言をする
- ◇後輩の現役選手に対して、環境配慮をレクチャーする
- ◇海外への遠征時に感じた世界の温暖化をはじめとする環境問題の現状を訴える
- ◇世界に向けて日本のスポーツ界の取り組みを発信する
- ◇講演会などで、地球温暖化防止をはじめとする環境問題に関する話をする
- ◇個人基金を設け、環境保全活動に寄付をする
- ◇スポーツ教室などを通じて、子どもたちに環境問題に対する教育を行う
- ◇次世代の環境アンバサダーを育成する

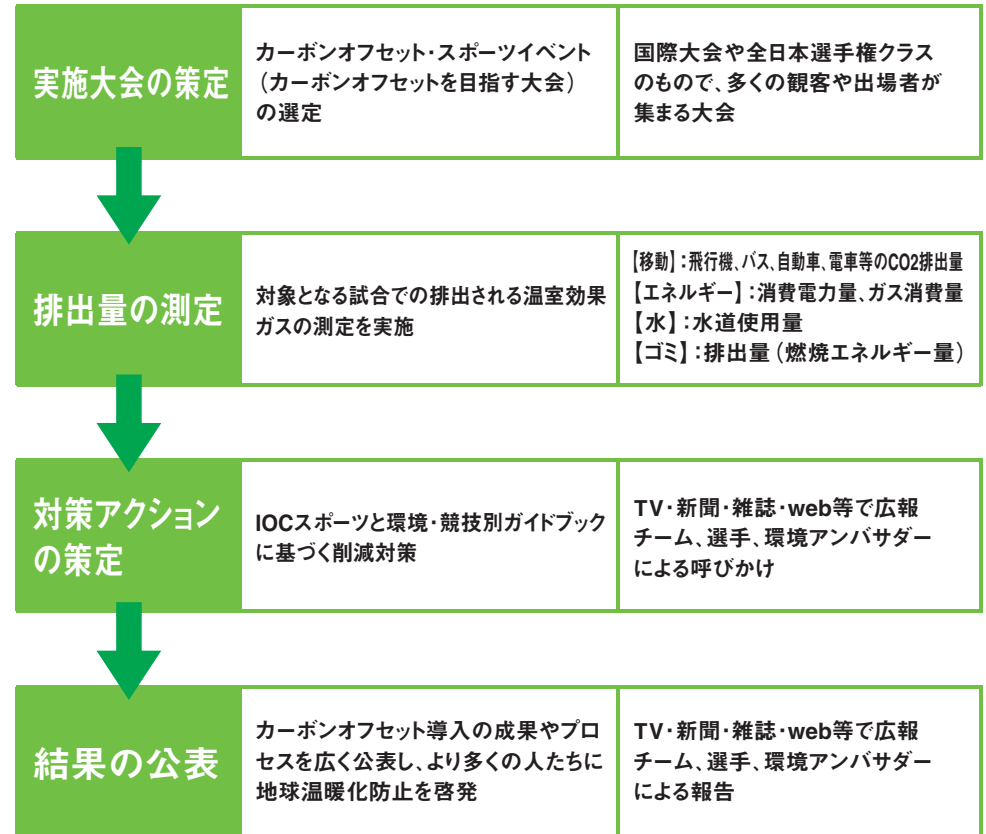
低炭素社会づくりに向けたアクション

◎ここでは、カーボンオフセット・スポーツイベントについて説明します。カーボンオフセットとは、イベントなどで排出された二酸化炭素(CO₂)を、何らかの方法で相殺することを言います。

継続した基本活動に取り組みつつ、
カーボンオフセット・スポーツイベントの実現を目指す

**目標:スポーツ界が率先して日本国内での
開催を目指す**

・IOCはUNEPと組んでオリンピックのカーボンオフセットを推進。
2006年トリノ冬季オリンピックから実施。



カーボンオフセット・スポーツイベントの実施を通して、エネルギーや資源の削減をするとともに植樹などを行い、大気中の温暖化ガスを減少させ、低炭素社会をつくることで、地球の持続可能性を向上できると考えられています。

**スポーツ界が地球環境保全の模範的リーダーとなって
こうしたアクションに取り組みましょう。**

編集後記

「IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック」の日本語翻訳版の上梓にあたり、手引書として本マニュアルを発行することといたしました。翻訳版とマニュアルの発行にあたりご協力を頂いた各団体の皆様の御尽力に感謝申し上げます。

より多くの関係者の皆様にご覧頂けるよう、ガイドブックの日本語版を収めたCD-ROMを用意いたしました。各団体におかれましては参考箇所を印刷してご活用下さい。また、準備が整い次第JOCのオフィシャルウェブサイトに掲載いたしますのでご参照下さい。

一人ひとりの積み重ねにより、より良い環境のもとで、次代を担う子供たちが、健やかに楽しくスポーツを行うことができるよう、今後ともスポーツ環境の保全、啓発・実践活動へのご尽力をお願いいたします。

なお、お気づきの点などございましたら本会事業広報部環境担当へご連絡ください。

財団法人 日本オリンピック委員会

「IOCスポーツと環境・競技別ガイドブック」マニュアル

2008年12月5日発行

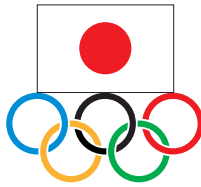
編集 財団法人 日本オリンピック委員会 スポーツ環境専門委員会
株式会社博報堂DYメディアパートナーズ

発行 財団法人 日本オリンピック委員会

印刷 大日本印刷株式会社

〈お問合せ先〉

財団法人 日本オリンピック委員会 事業・広報部
〒150-8050 東京都渋谷区神南1-1-1
TEL：03-3481-2313
URL：http://www.joc.or.jp



財団法人 日本オリンピック委員会
スポーツ環境専門委員会