

## スポGOMIルール SPO GOMI RULE

- ① 走らないこと(早歩きは可能)
- ② チームメンバー同士は離れすぎないこと。  
全員が見える距離にいること
- ③ 拾っては行けないもの
  - ・既にごみ箱に入っているごみ
  - ・ごみの収集場所に置いてあるごみ
  - ・粗大ごみ(配布するごみ袋に入らないごみ)
- ④ 立入禁止エリアに入らない
  - ・川や河川敷、私有地、危険な場所※駐車場:コインパーキングはOK、私有地の駐車場はNG
- ⑤ 交通ルールは守ること

スポGOMIルール動画はこちら▶

<https://www.umigomi-cosplay.com/daisakusen/rule/index.html>



## 海ごみゼロウィーク特別加点ルール

ハッシュタグ(#umigomi)を付けてSNSに投稿しよう!  
SNS(X, Instagram)に投稿したら **+10** ポイント/人 を加算

※チームで1名が投稿してくれたらOK



ゴミ拾いをするとポイントがもらえるWebアプリ

**MeGo**

本日  
限定 **100ポイント**  
プレゼント!!

- ① LINEで友達になる
- ② メニューからMeGoを始めるをクリック
- ③ トーク画面で「umigomi」を送る

ゴミ拾い中の写真とハッシュタグを付けて簡単にSNS(X, Instagram)に投稿できるよ!

ポイントは  
Amazonギフト券に  
交換可能

友達登録は  
こちら➡



## 今、知っておきたい 海洋ごみの事情

海洋ごみは、私たち一人ひとりの生活と密接な関係にあるものです。

海洋ごみの問題を知ることで、海をキレイにするアクションにつなげましょう。

### そもそも海洋ごみとは...

海岸に打ち上げられた「漂着ごみ」、海原を漂う「漂流ごみ」、海底に沈んだ「海底ごみ」の総称のこと。  
私たちが暮らす街で発生したごみが、海洋ごみの8割を占めているといわれています。

## 海への流出量

2016年にスイスのダボスで開催された世界経済フォーラム年次総会で、毎年少なくとも年間800万トン分のプラスチックごみが海に流出していると報告されました。

### 燃えるごみ [赤 30%ごみ袋]

紙類/布類/雑誌類/  
弁当・食品容器包装ごみ/  
コンビニ袋など  
※草/落ち葉/枝/家屋廃材などは含まず。

100g→**10**POINT

### ビン/缶 [赤 30%ごみ袋]

中身を捨てたもの

100g→**20**POINT

### たばこの吸殻 [半透明 レジ袋]

### 粗大ごみ

粗大ごみは処理が困難なため、拾わないものとする。  
配布するごみ袋(700mm×500mm=30%)に入らない大きなごみ

例:扇風機/布団/座布団/消火器/コンクリートブロック/金庫/金属棒/タイヤ/コンロ/パソコン/ベビーカー/炊飯器/ など

**マイナス 100**POINT

### 燃えないごみ [青 30%ごみ袋]

ビニール傘/ガラス類/鍋/  
フライパン/瀬戸物類/電池/  
ライター/鏡/金属類など  
※小型電化製品(ドライヤー/シェーバーなど)程度の大きさは可。それ以外は粗大ごみ扱い。ブロックやレンガは含まず。

100g→**5**POINT

### ペットボトル [青 30%ごみ袋]

中身を捨てたもの  
※汚れのひどいものは燃えるごみ

100g→**40**POINT

100g→**200**POINT



# 海ごみゼロウィーク

キックオフイベント  
～海をキレイに! スポGOMI in 有明～

コスプレ de  
**海ごみゼロ大作戦**  
2025

## 一人ひとりの行動が、未来の美しい海の景観を守る

海洋ごみの約8割は、陸(街)から川を伝って海に流れ出たものとされることから、海洋ごみを減らすには海だけでなく街でも活動することが重要です。

日本全体が連帯し海洋ごみ削減のためのアクションを行う。

ごみを出さない、ごみを捨てない、ごみを拾う。この行動は日本の誇りであり、世界の模範となる。そして、一人ひとりの行動が、海の未来を守ることにつながる。

いまこそ、行動を起こそう。日本から世界へ、海の未来を変える挑戦を。



コスプレーヤーにとって  
撮影場所になる  
美しい海の景観を守る



コスプレーヤーの名にかけて  
自らが海ごみに対峙する  
ヒーロー、ヒロインになる



海にごみを出さない  
街に落ちてくるごみを拾う  
小さなことからコツコツと



CHANGE  
FOR THE  
BLUE  
海の未来を変える挑戦

**海ごみゼロウィーク**  
2025

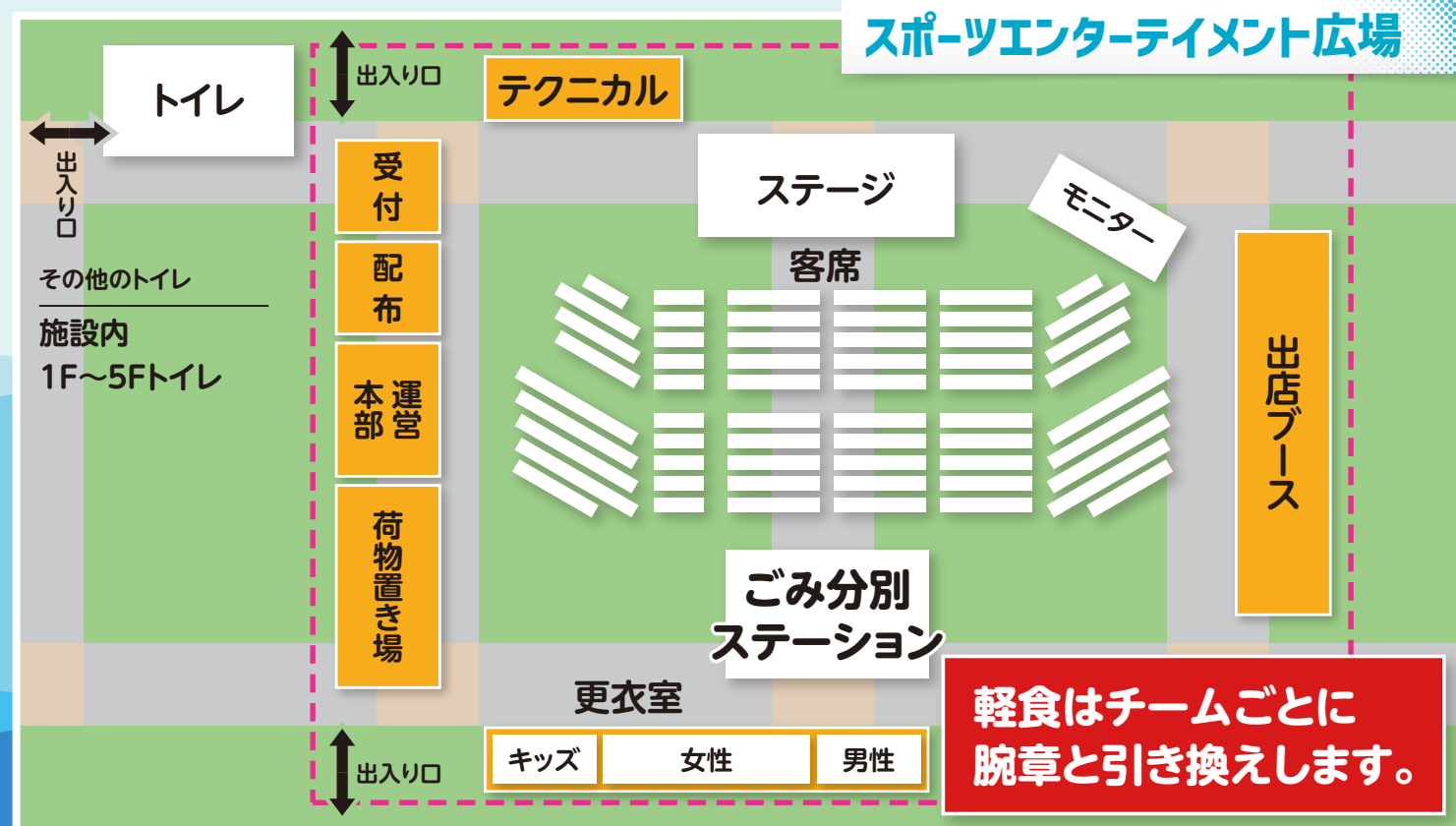




## エリアマップ AREA MAP



## スポーツエンターテイメント広場



## プログラム PROGRAM

	全 体	ステージ	ブース
8:00	着替えが必要な方は着替えてから受付をしてね♪		
9:00	着替え 9:15～ 受 付		ブース 出店
10:00	全国中継 UMIGOMI-ZERO宣言でみんなの気持ちをついに!	海ごみゼロウィーク2025 キックオフイベント開会式	
11:00	スポGOMI		
12:00	計 量 軽 食	海ごみゼロクイズ大会 ゲスト：山内鈴蘭・中村橋吾	豪華景品が当たる! みんなで参加しよう
13:00	閉会式&表彰式		ブース 出店
14:00	コスプレ 街歩き&撮影 コスプレde海ごみゼロ大作戦 参加者 撮影：スポーツエンターテイメント広場 街歩き：有明ガーデン 店舗利用OK!	コスプレランウェイ 創作歌舞伎(中村橋吾)	
15:00			出店ブース一覧
16:00	着替え		Alliance For The Blue 海上保安庁 マクドナルド ガールスカウト東京都連盟 ゴミ拾いアプリ「MeGo」 社会問題に挑むかぶき物 × TAEKO/伯東株 株式会社カミーノ 株式会社ウォーターネット
17:00			

## 日本財団スポGOMI ワールドカップ 34カ国で予選開催中!

7/26 東京ステージ



### 海ごみゼロウィークって?

この「海ごみゼロウィーク」は、海に流出し続ける海岸ごみ対策を目的に、産学官民の力をこえたオールジャパンでの一斉アクションを目指す取り組みです。

### CHANGE FOR THE BLUEA

“これ以上海にごみを出さない”という社会全体の意識を高めるムーブメントを起こすため、産学官民からなる12のステークホルダーと連携し、海岸ごみの削減モデルを作り、国内外に発信するプロジェクトです。

## 海ごみゼロウィーク UMIGOMI Zero WEEK

