

# 今年度のごみ排出目標は、ひとり1日573グラム 3Rで生ごみ減量しましょう!



【問合わせ】 クリーンセンター ☎23-3567

家庭から排出されるごみの約30%を占める生ごみ。資源の分別と合わせて、ごみの減量には生ごみの減量が欠かせません。生ごみ減量のためのポイントを3Rに合わせてご紹介します。



## ポイント1

リデュース

## Reduce (ごみを減らす)

### 【生ごみ減量のための5つの工夫】

- ①食材を買うときは、食べられる分だけ買いましょう。
- ②料理は食べられる分だけ作り、残さず食べましょう。
- ③生ごみは、捨てる前にひと絞りにして水気を減らしましょう。
- ④冷蔵庫内の整理をして、食品量が把握できるようにしましょう。
- ⑤残った食材は、別の料理へ活用しましょう。



### 「3010運動」ってご存知ですか？

宴会・歓送迎会などで余興や会話が長時間続き、満腹に食事を味わえないままお開きになった経験はありませんか？こういった食べ残しを減らす方法の1つに、会食の最初の30分と最後の10分間は自分の席について食事をする「3010運動」というものがあります。ごみの減量とともに、「食」への感謝を忘れないための、誰でも簡単に取り組める運動です。



## ポイント2

リユース

## Reuse (必要とする人へ)

### 【おすそわけ】

料理した際に、主食やおかずが思ったよりも多くできてしまったときは、おとなりさんへ「おすそわけ」しましょう。料理の無駄もなくなり、ご近所付き合いもよくなります。



## ポイント3

リサイクル

## Recycle (再生して利用する)

### 【堆肥化でリサイクル】

料理をするとき、生ごみはどうしても出てしまいます。生ごみも処理機や堆肥化容器を活用すれば、立派な堆肥へと生まれ変わります。市では、生ごみ処理機などの購入者へ補助金を交付しています。ぜひご活用ください。

また、生ごみ処理機でできた乾燥堆肥を、トイレトーパーと交換する事業も行っています。詳しくは、クリーンセンターへお問い合わせください。



▲生ごみ処理機



▲生ごみ堆肥化容器