

# 環境に優しい毎日を 私たちの3R

スリーアール

ID 1005116



昨年度、本市の家庭から出た焼却ごみの量は、年間約9万7,107t、1人当たり1日約542gでした。その中にはまだ食べることができるのに捨てられてしまう食品「食品ロス」が約1割混入しています。

限りある資源を大切に使い、ごみを減らすためには、私たち一人ひとりの「3R行動」が必要です。この機会に「3R行動」と「食品ロス削減」に取り組みしましょう。

☎ごみ減量課 ☎(632) 2414

## Reduce リデュース ごみになるものを減らす

- ▼食品ロスを出さない。
- ▼生ごみは水切りを徹底する。
- ▼必要以上のものは買わない。
- ▼生ごみ処理機を活用し、生ごみを減らす。

## Reuse リユース 繰り返し使う

- ▼シャンプーなどは詰め替え商品を利用する。
- ▼リユースショップを活用する。
- ▼要らなくなった物は、人に譲ったり、交換したりする。

## Recycle リサイクル 資源として利用する

- ▼資源物の分別を徹底する。
- ▼再生品などの環境に優しい商品を積極的に使う。
- ▼使用済み小型家電や廃食用油、インクカートリッジは回収ボックスを活用する。

### 今日から始められる取り組み



／ やってみよう ／

### 家庭でできる食品ロス削減

焼却ごみの中には、賞味・消費期限切れなどの理由により捨てられてしまった「食品ロス」が約1割混入しています。食べ物を無駄にするのは「もったいない」。日ごろの心掛けで「食品ロス」を減らしましょう。

#### 買い物編

##### 1 買うものを決めておく

出掛ける前に冷蔵庫の中身を写真で撮影するなど、事前に必要なものを確認しましょう。



##### 2 買い物は必要に応じて

必要な時に、必要な量を購入しましょう。

##### 3 冷凍庫を活用する

使い切れない食材が出た時は、冷凍庫で保存しましょう。

#### 調理編

##### 1 まずは残っている食材から使う

買い物をする前に、残っている食材を使い切りましょう。



##### 2 野菜や果物の皮は厚むきしない

生ごみを増やさないように努めましょう。

##### 3 食材の保管状態を確認する

定期的に冷蔵庫などを整理し、食材を使い切り、料理を食べ切りましょう。



／ ご協力ください ／

### フードドライブの活用を

「フードドライブ」とは、家庭で余っている食品を職場などに持ち寄り、まとめて地域の福祉団体や施設などに寄贈する活動です。本市では、市民の皆さんから、通年で食品を受け付けています。余っている食品がありましたら、ご協力ください。



- ▼受付日時 平日、午前8時30分～午後5時15分。
- ▼受付場所 ごみ減量課（市役所12階）。
- ▼対象食品 常温保存が可能な、未開封で賞味期限が2カ月以上ある食品。  
(例) 玄米、乾麺、缶詰、レトルト食品、インスタント食品、調味料など。
- ▼その他 生鮮食品や乳製品、酒類などは不可。

頂いた食品は、宮っこの居場所登録団体ネットワークや特定非営利活動法人フードバンクうつのみやを通じて、子ども食堂など食品を必要としている人に届けられます。



▲市民から頂いた食品の一部