

# まだまだできるごみ減量の取り組み

## 食品ロスの削減

食品ロスとは、「本来食べられるにも関わらず捨てられてしまう食べ物」のことを言います。



可燃ごみに含まれていた食品ロス

家庭から排出された可燃ごみのなかには、使わなかった野菜などの食材や加工食品等など、まだ食べられるものがこんなに沢山捨てられているよ。



## 食品ロスを減らすためにできること

### 買い物前の確認

Check!



買い物前に冷蔵庫の中身を確認。必要な分だけ買おう

### 3キリをしよう



食べきれない量を作りましょう

### 賞味期限と消費期限を正しく理解

#### 消費期限



安心して食べることができる期限  
→期限を過ぎたら  
**食べないほうがいい**

#### 賞味期限



美味しく食べられる期限  
→期限を過ぎても  
**すぐ食べられなくなるわけではない**

まだ食べられるものを捨てていませんか？  
期限を正しく理解し、買ったものは使い切ろう



食材は使い切りましょう

#### 水キリ



生ごみはできるだけぬらすず、捨てる前にしっかり水切りしましょう

## 紙類の分別

リサイクルできる紙  
可燃ごみで捨てていませんか？



混ぜればごみ、分ければ資源

資源となるものは、しっかり分別して、ごみ減量となるリサイクルに取り組もう。



ごみブクロウのワンポイントアドバイス

紙袋や紙封筒を利用して紙ごみをリサイクル



ごみ箱の横に紙袋を置いておけば、ひもでくくって資源ごみとしてそのまま出せるので、詰め替える手間いらず！



郵便物が届いた時の紙封筒は取っておくと、小さな紙ごみをまとめるのに便利です。

## リユース(再使用)をしよう

不要品、欲しい人がいませんか

自分にとっては不要でも、誰かが必要としているかも。フリーマーケットやバザーを利用して必要の人に使ってもらう。



修理やリメイクで長く使おう

壊れてもそのまま捨てるのではなく、修理してできるだけ長く使おう。

