

ごみの減量

自分にできることを増やしていこう！

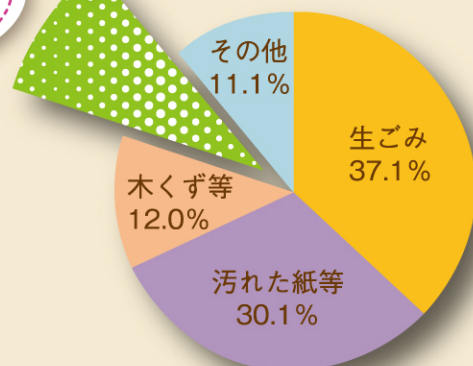
紙ごみはまず分別

名刺大以上の紙片は資源ごみです。
チラシ、菓子箱、封筒、はがき等も資源ごみとして
出せば再利用できます。
資源化可能な紙類は、きちんと分別して資源ごみと
して出しましょう。



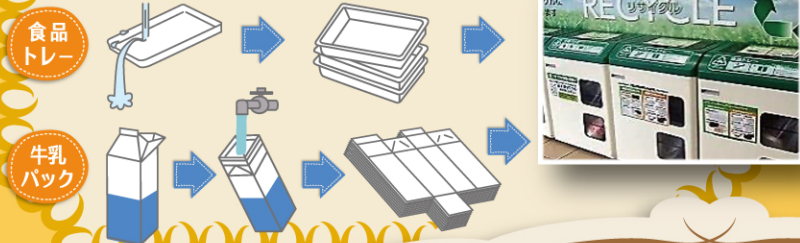
資源化
可能な紙類
9.7%

家庭系可燃ごみの
組成分析の結果
(平成 31(令和元)年度)



店頭回収を利用しましょう。

食品トレイ、牛乳パックなどはしっかり洗って
汚れを落とし、スーパーマーケットなどの店頭
回収に出しましょう。



ごみになるものを減らそう

ごみになるものは、できるだけもらわない、
選ばないようにし、繰り返し使えるものを使い
ましょう。

環境にやさしいライフスタイルを実現するために

★マイバッグを持参しましょう。

- 【守りましょう！マイバッグ使用の際のマナー】
- 店内では、店に備え付けの買い物カゴを使う。
 - マイバッグを店内に持ち込む際は、折りたたむ。
 - 精算が済んでから、マイバッグを使う。
 - 他の店で買い物をしたマイバッグは、バッグの口を締めておく。特定非営利活動法人全国万引犯罪防止機構 提唱



★使い捨てのはしなどを
受け取らないようにし、
職場などではマイカップ、
マイはしを利用しましょう。

★マイボトルを携帯しましょう。

★シャンプーや洗剤などを買う時
には、詰め替え製品を
選びましょう。

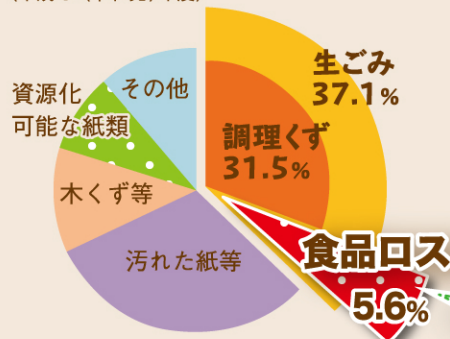


詰め替え容器製品を
1個購入すると約40gの
ごみ減量になります。



食品ロス を削減してもったいないをなくそう！

家庭系可燃ごみの組成分析の結果
(平成 31(令和元)年度)



手つかず食品や食べ残しなど、本来食べられるのに廃棄される食品ロスは、日本では約 612 万トンも排出され、これは世界の食料支援量の 1.6 倍の量に当たります。食品ロスの約半分は家庭から排出され、日本人 1 人当たりで考えると 1 日約 132 g、お茶碗 1 杯分 のご飯を捨てているのと同じ量になります。広島市でも家庭から出される生ごみのうち約 6 分の 1 が食品ロスです。

冷蔵庫は
整理整頓



手つかず食品 3.0%
食べ残し 2.6%



形が悪くても、味に違いはありません。形が悪い野菜を率先して買うことで、売れ残りを防ぎ、食品ロス削減に貢献できます。

買い物時には

- ❖ 事前に家にある食材を確認し、必要な分だけ買いましょう。
- ❖ 使う予定を考え、陳列棚に並んでいる手前のものから買いましょう。

家庭では

- ❖ 記載された保存方法に従って、適切に保存し、無駄なく使いましょう。
- ❖ 調理の際には家族の予定なども考慮し、食べきれる量の料理を作りましょう。

1 回に使う量ごとに
分けて保存し、無駄
なく消費しましょう。

外出時には

- ❖ 食べきれる量を注文しましょう。
- ❖ 料理はおいしく食べきりましょう。

クックパッドの消費者庁
のキッチンで参考レシピ
を検索できます。

量が多いと思う時には小盛
メニューやハーフサイズを
選びましょう。

「一品足りない!」と
思っても買い足さず、
冷蔵庫に余っている
食材などを使って、
工夫したメニューを
作ってみてはどう
でしょう。



残りもの de イタリアン

残ってしまったご飯やパン、パスタは手軽なイタリアンにアレンジできます。

● 残ったご飯

リゾットやチーズを加えてライスコロッケに

● 残ったパン

にんにくを塗ってトーストすると、手軽な前菜「ブルスケッタ」にカリカリに焼き、お好みでトマト、レバーペースト、きのこなどをのせるとイタリア風カナッペ「クロスティニ」に

● 残ったパスタ (茹でたもの)

耐熱容器に、パスタ、ソーセージ、野菜など好みの具と、とろけるチーズをのせ、オーブントースターで軽く焼くと、グラタン風の焼きパスタに

● 残ったパスタ (乾麺)

残り野菜を煮込み、好みの味付けでスープを作り、仕上げにパスタを数センチに折って加え、パスタ入りスープに

お問合せ先

広島市環境局業務第一課

TEL : (082) 504-2748 FAX : (082) 504-2229

E-mail : gyomu1-shido@city.hiroshima.lg.jp



リサイクル適性 (A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。