



# 環境しょうばら

## 次世代へつなぐ 庄原の里山環境

【連絡先】  
平成 30 年 6 月 5 日  
庄原市環境建設部  
環境政策課  
(0824)72-1398

No. 3

### 食品ロス削減国民運動 — NO FOODLOSS プロジェクト —

日本国内における 1 年間の食品廃棄量は、食糧消費全体の 3 割にあたる約 2,800 万トンです。このうち売れ残りや期限を越えた食品、食べ残しなど、本来食べられたはずの、いわゆる「食品ロス」は約 632 万トンとされています。これは、世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食品援助量（平成 26 年で年間約 320 万トン）を大きく上回る量です。また、日本人一人当たり換算すると、お茶碗約 1 杯分（約 136g）の食べ物が毎日捨てられている計算となります。食品ロスを減らすために、食べ物をもっと無駄なく、大切に消費していくことが大切です。

#### 世界の食費援助量

2014 年  
約 320 万トン



#### 日本の食品ロス

年間  
約 632 万トン



日本人一人当たり  
お茶碗 1 杯分を  
毎日捨てていることに！



### 食品ロス削減のために、できることから始めよう

#### 外食編

##### 店選び

食品ロスの削減に積極的な店を選ぶ

- ▶ 料理の量を選べる店

##### 注文

食べられる分だけ注文する

- ▶ 小盛メニューを活用する

##### 食事

料理をおいしく食べきる

- ▶ 宴会時に食べ切りの呼びかけをする

#### 家庭編

##### 買い物

事前に冷蔵庫内などをチェック

- ▶ メモ書きや携帯・スマホで撮影した画像が有効

必要な食材をこまめにゲット

- ▶ 食品ロスは特に野菜などの生鮮食品が多い

手前に陳列されている食品をチョイス

- ▶ 家庭での利用予定に照らして消費期限を確認しましょう

##### 調理

残っている食材から使う

- ▶ 「いつか食べる」食品は食品ロス予備軍

野菜や果物の皮は厚むきしない

- ▶ 生ごみは減って、栄養は増える

食材を上手に食べきる

- ▶ 定期的に冷蔵庫を整理する日をつくる

#### 夏野菜カレー【食品ロス削減レシピ】



※消費者庁の公式キッチンより引用

##### 材料

豚肉	200g
たまねぎ	1個
かぼちゃ	1/8個
トマト	小1個
ナス	1本
しょうが	少々
にんにく	少々
サラダ油	小さじ1
カレールー	4皿分
水	500cc

①かぼちゃは角切りにし、レンジで加熱する。

②油をひき、にんにく・しょうがを炒め、たまねぎを炒める。

③豚肉を炒め、水を入れて煮込む。

④トマト・ナスを入れる。

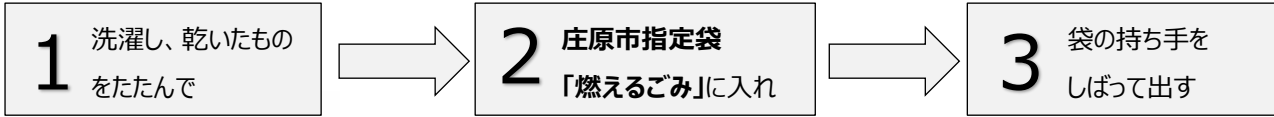
⑤一旦火を止め、かぼちゃ・カレールーを入れて弱火で煮込む。

# 古着類の分別にご協力をお願いします！！

平成 29 年 4 月から「古着類」の分別区分を設けています。

「リユース・リサイクルの推進」と「燃えるごみの減量化」のため、古着類の分別にご協力をお願いします。

## ■■■ 古着類の出し方 ■■■



**収集日当日の 8 時まで、決められた集積場所に出してください。**

**【収集日】 月 1 回 ※ 曜日は地域によって異なります。**

- 指定袋は同じですが、「古着類」と「燃えるごみ」は別々に入れてください。
- ボタン・ファスナーなどは取らないで出してください。
- 汚れているものは、可能な限り金具を取り除いて「燃えるごみ」として出してください。

### 古着類

- スーツ ● ジャケット ● ジャンパー ● コート ● セーター
- Tシャツ ● マフラー ● ポロシャツ ● ワイシャツ ● トレーナー
- スラックス ● ジーンズ ● スカート ● ワンピース ● 下着類
- 子供服 ● 手ぬぐい ● 着物 ● シーツ ● タオル ● ネクタイ
- くつ下 ● カーテン ● ハンカチ など

### 燃えるごみ

- 靴類 ● ストッキング
- ペット用に使ったもの
- 汚れが著しい・悪臭がするもの
- 中に綿などが入った衣類 (はんてん、ダウンジャケットなど)

## Q & A

収集した古着類は、どのようにリサイクルされているの！？

→ 状態によって、古着としてそのまま販売されるもの (リユース) と、  
繊維として軍手や雑巾などに加工されるもの (リサイクル) があります。



## 省エネのポイント(リビングルーム)

	省エネ効果	節約金額	CO2 削減
① 冷房時の室温を 27℃から 28℃にした場合	30.2kwh	790 円	14.8kg
② エアコンの使用時間を 1 日 1 時間減らした場合	18.8kwh	490 円	9.2kg
③ フィルターをこまめに掃除した場合 (月 2 回程度)	32.0kwh	830 円	15.6kg

※数値は年間です。 資源エネルギー省の「家庭の省エネ徹底ガイド」より引用

### 省エネ豆知識

**エアコンはこまめにオンオフしないほうが省エネ？**

エアコンは設定温度に達するまでに大きな電力を使い、そのあとは比較的小さな電力で室温を保ちます。そのため、頻繁なオンオフは省エネにならないことがあります。たとえば「30 分間運転と 5 分停止」を 5 回繰り返した場合の消費電力量は、連続で運転した場合に比べて約 3 割多いというデータがあります。

環境標語 (平成 29 年度環境啓発誌「サ」・標語コンクール 優秀賞)

**いいのですか 本当に それをそこに 捨てても**

庄原中学校 石田 祥子

