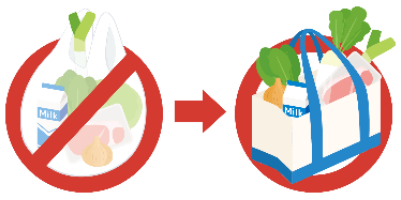
今日から始めよう！すぐにできる「３Ｒ」でごみダイエット！

市民全員が1人1日100gのごみを削減

家庭系ごみ排出量が **年間約 3,700t（14%）削減できます！**

必要なものを必要な分だけ買い、余分なものは買わない。



買い物はレジ袋を使わず、マイバッグを利用する。

使い捨てのものではなく、マイボトル・マイ箸などを使用する。

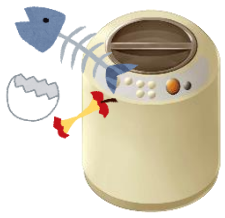
壊れたらすぐに捨てずに、修理して長く使う

シャンプーなどは詰め替え用を使う。

リサイクルショップやフリーマーケットを利用する。

資源物はリサイクルステーションに、きちんと分別して出す。

小型家電や二次電池などは、市や販売店の回収ボックスを利用する。



生ごみ処理機を使って減量化・堆肥化する。

リデュース（Reduce）

必要のないものは買わないなど、本当に必要なものか、もう一度考える習慣を身につけましょう。使い捨てのものなど、ごみになりそうなものを使用しないことも大切です。

リユース（Reuse）

いらなくなったものを簡単にごみとして捨ててしまうのではなく、使えるものは、必要に応じて洗ったり修理したりして、もう一度使うようにしましょう。

リサイクル（Recycle）

いらなくなったものをもう一度資源として戻して、新しいものを作る原料にすることがリサイクルです。資源化ができるものがあるということを日ごろから意識しましょう。

食べ物を無駄にしない！食品ロスの削減に取り組みましょう！

「食品ロス」って何？

「食品ロス」とは、食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。

日本の食品ロス量は、年間約612万トン。これは国民一人ひとりが、毎日お茶碗約1杯分（140g）を捨てている計算になります。

食品ロスの半分は家庭から！

食品ロスは食品メーカーやスーパーで多く発生していると思われがちですが、実はその約半数（284万トン）が家庭から発生しています。みなさんが少し意識したり工夫したりするだけで、食品ロスを減らすことができます。

一人ひとりが「もったいない」を意識して、できることから取り組みましょう！

チェックしよう **食品ロスポータルサイト**（環境省）
食品ロスに関する様々な情報が集約されたポータルサイトです。

食品ロスを減らすためにできること

家庭でできる身近なことから取り組もう！

食材を上手に使い切る

残っている食材から使おう

●残ってしまった料理は、リメイクレシピなどで工夫しよう
参考：食品ロスポータルサイト

棚の前から順番に買う

棚の手前は賞味期限が短い

●すぐに使う、食べる予定の食品は、賞味期限の短い棚の手前から取る。

買い物の前には冷蔵庫の中身をチェック

ストックを確認 買いすぎない

●必要な分を必要なときに買い、食べきりを心がける。

食材を適切に保存する

余った料理は冷蔵庫を活用

●食品に記載された保存方法に従って保存。
●野菜は、冷凍・ゆでるなど下処理してストック

「もったいない」の気持ち残さずたべよう

好き嫌いをしない

●作りすぎないで、食べきれる量だけ作る

事故多発！ごみ出しルールの徹底を！

中身の入ったスプレー缶などが原因と思われるごみ収集車の事故が多発しています。何気なく出されたごみが火災事故を引き起こし、ごみ集積所付近の建物や市民、収集担当者が危険にさらされます。また、収集時間が大幅に遅れるだけでなく、収集車や施設を修繕するために、多額の費用が必要となります。

ごみカレンダーなどを参考に、きちんとルールを守って出しましょう。

多言語ごみ分別リーフレットを活用しよう

英語・タガログ語・タイ語・中国語
ベトナム語・ポルトガル語・韓国語

7言語

環境課では、外国人住民のごみ分別方法の利便性向上のため、筑西市国際友好協会の協力を得て、「多言語ごみ分別リーフレット」（A4・４ページ）を作成しました。

お困りの方などいらっしゃいましたら、環境課までお問い合わせください。
TEL２４－２１３０