

食べれば「ごちそう」、残せば「ごみ」

家庭で

知って納得 食材ミニ講座

「食とくらしと環境を考える会」代表の横幕玲子さんに食品ロスを減らす方法を聞きました。

消費期限と賞味期限

消費期限は「安全に食べられる期限」 賞味期限は「おいしく食べられる期限」

消費期限	賞味期限
18. 2.23 加工年月日 18. 2.21	2018.11.20
〈代表的な食品〉 おにぎり、パン、惣菜類、ケーキ、肉・魚等の生鮮食品など	〈代表的な食品〉 卵・乳製品、缶詰、調味料、飲料、菓子類など

賞味期限が過ぎててもすぐにごみにせずに、見た目や臭いなど、自分の五感を使って判断することも大切です。ただし、いずれも開封前のこと。開封後は期限にかかわらず早めに食べましょう。

食材を使いきろう

家庭で出る食品ロスの約5割が食材の食べられる部分を廃棄してしまう「過剰除去」です。

野菜の皮などは、調理の工夫でおいしく食べられます。栄養もありますよ。

やってみよう！使いきりレシピ

消費者庁が、「消費者庁のキッチン」として食材を無駄にしないレシピをまとめて掲載しています(右2次元コードからアクセス可)。

外食で

食べきり協力店

登録店舗のうち2店舗を紹介します。

菊松食堂

昔ながらの食堂のスタイルを古民家風の空間で味わえるお店です。ランチでは焼き魚、揚げ物、肉料理など、年代を問わず楽しめる料理を提供。ご飯の量少なめ割引、ご飯を自家製豆腐やキャベツに変更可など、食べ残しを少なくするためにいろいろな工夫をしています。夜は素材と調理方法にこだわった、おいしいお酒に合う、さまざまな料理を提供しています。



オーナー 永田 努さん

ご飯の量少なめ割引や変更サービスを始めてから、食べ残しが以前よりグッと減り、ごみ処理コストも下がりました。

スープカフェ なんでもない日

根川緑道沿いにたたずむ、とても居心地がいい軒家風のカフェ。「ふつうにちゃんとおいしいスープ」をコンセプトに、地元の農家さんから仕入れた野菜を、素材の味を生かしたシンプル調理方法で提供します。ご飯の量や苦手な食材など、お客様の要望を聞いて柔軟に対応しています。

野菜の葉や皮などもおいしく食べられるので、なるべく食材を使いきる調理を心がけています。



オーナー 中倉 真知子さん

「食べきり協力店」とは

市は飲食店で小盛りメニューの導入や持ち帰り対応など、食品ロスの削減に取り組む飲食店を「食べきり協力店」として認定しています。登録店舗は市のホームページなどで紹介しています(左2次元コードからアクセス可)。また、ご協力していただける店舗を随時募集しています。

緑町4-5 ☎(595)9303
営業時間 午前11時30分～午後2時／午後5時～11時
定休日 年中無休(年末年始を除く)



柴崎町4-11-4 ☎(523)5114
営業時間 午前8時～午後4時
定休日 月曜・火曜日



食品ロスの半分は家庭から

621万トン。これは国内で1年間に出る食品ロス(まだ食べられるのに廃棄される食品)の総量です。最近では売れ残った「恵方巻き」の大量廃棄が話題になるなど、お店から出されるイメージが強いのですが、全体のうち約半数、282万トンが家庭から出されています。

いつでも気軽に食品を買うことができる現代、その反動ともいえる「食品ロス」は無視できない問題です。食品についての正しい知識を身につける、「もったいない」という気持ちを大切にするなど、普段の暮らしの中で私たちができることを考えてみませんか。

図ごみ対策課ごみ減量推進係・内線6748

みんなで

「さらピカ生活」をはじめよう

さらピカ生活とは、食品ロスをできるだけなくすため「お皿がピカピカになるくらいおいしく、楽しく食べきる生活」のことです。

さらピカ生活「3つのやさしい」

- 環境にやさしい** 食べきる・使いきることで家庭やお店から出るごみの減量につながります
- お財布にやさしい** 毎日の「もったいない」を減らすことで少しずつ節約できます
- 人にやさしい** 残さず食べきることで食にまつわる人みんながニコリ

「毎日がきっとやさしくなるさらピカ生活」を配布中

子どもから大人まで、楽しみながらさらピカ生活や食品ロスについて学べる冊子を食べきり協力店や市の公共施設等で配布しています。市ホームページでも読むことができます(右2次元コードからアクセス可)。



親しみやすいイラストで分かりやすく解説

燃やした灰はどうなるの？

エコセメント化事業

エコセメントとは、ごみの焼却灰から作られる新しいタイプのセメントです。家庭から排出された燃やせるごみは、清掃工場で焼却灰になったのち、日の出町にある二ツ塚最終処分場のエコセメント化施設で全量がリサイクルされています。

二ツ塚最終処分場は、多摩地域全体のごみの最終処分問題を解決するため、日の出町の皆様の理解を得て設置されています。

日の出町に感謝の気持ちを持つとともに、最終処分場を一日でも長く使用するため、今後もごみ減量とリサイクルにご協力をお願いします。



点字ブロック、U字溝などのさまざまなコンクリート製品にリサイクルされます。

図清掃事務所・内線6761

資源とごみの分別・減量・出し方パネル展

資源とごみの分別方法や、食品ロス削減の取り組み等を紹介しています。

気軽に使える分別グッズ、水切りグッズの展示も行います。

立川市ごみ減量・リサイクル推進委員会が主催。直接会場へ
図 3月26日(月)～30日(金)、午前9時～午後4時

図市役所 1階多目的プラザ



図ごみ対策課ごみ減量推進係・内線6748

季節の変わり目には、思わぬ強風が吹きます。家庭ごみの収集袋が飛ばされないよう、ネット等を利用して、飛散防止にご協力ください(ごみ対策課)