

前回のへらすぞうについて、掲載内容と伝えたかった部分などを整理して、今年のへらすぞうを発行するに当たっての改善点の洗い出しを行いました。

市民と事業者、市で取り組むごみ減量の活動をご紹介します

キッズのへらすどう

小学4年生になると、社会科でごみについて学びます。ごみ減量と自然環境。6月～7月に草花かみ取り体験などごみに関する出前授業を行いました。ごみ処理の過程を学び、段ボールやコンポストの実物を見てもらおうと

ごみ減量と自然環境の生活の繋がりを、都市の大きさと自然の広がりや温度・気候を通して学びました。昨年夏給食センターと市内7か所で食育と食ロスについて出前授業も実施しました。

食ロス削減活動（草花かみ）

食ロス削減活動（食ロス削減）

食ロス削減活動（食ロス削減）

食ロス削減活動（食ロス削減）

清らかに川から海へ

皆さん、海について考えたことはありますか？

思えば海が何よりも身近で、海に行くと浮いて泳ぐことが、岸に打ち上げられたごみによって支えられている。夏になると海で遊ぶ人が増え、海から海へのごみが増える。夏になると海で遊ぶ人が増え、海から海へのごみが増える。夏になると海で遊ぶ人が増え、海から海へのごみが増える。

ごみを減らさない、害を及ぼさない、海をきれいにする。ごみを減らさない、害を及ぼさない、海をきれいにする。ごみを減らさない、害を及ぼさない、海をきれいにする。ごみを減らさない、害を及ぼさない、海をきれいにする。

環境教育の取り組みと自然環境の保全に貢献しています。ごみを減らさない、害を及ぼさない、海をきれいにする。ごみを減らさない、害を及ぼさない、海をきれいにする。ごみを減らさない、害を及ぼさない、海をきれいにする。ごみを減らさない、害を及ぼさない、海をきれいにする。

ごみ情報誌 発行・編集 あきる野ごみ資源課

暮らしやすいあきる野市のために、ごみの削減を目指します

へらすどう

第28号 2024年2月

あきる野ごみ会議は、市民・事業者・市3者が協力し、3Rを推進する団体です。

おいしく食べる

自分で作った野菜は、何よりおいしい食材です。作って食べられる料理は、中国メソッド料理の記事を参考に、食べさせましょう。

肉、魚、野菜、ご飯や麺などの食べ残しや生ごみを細かく砕いて入れ込み。1日300g～500gを目安に投入します。

生ごみ、食べ残し

生ごみ、残り物の食材からサイクル

おいしい生活へ

私たちが生ごみ減量のごみ4割は、生ごみが占めています。食べたあとのごみを家庭で堆肥にして土にかければ、自分の手で食料を作り、おいしい生活をおくれます。

野菜、果物を作る

堆肥を混ぜると土がふかふかになり、保水性が向上し、減量のよい土になります。

堆肥で土作り

作物を腐し生ごみを土で育てることができます。できた堆肥を土に加えれば、より早く効率的に土に栄養を補うことができます。

EM菌でより良い土は野菜や果物をおいしくします

EM菌は、腐敗や水質汚染の改善に威力を発揮する光合成細菌や乳酸菌の菌類。野菜など自然環境にやさしい土壌環境にもやさしいEM菌の配合です。EM菌は堆肥と混ぜることで、堆肥の効果を高め、減量を促進します。

EM菌

EM菌

残ったカレーで……

カレーが残ったから別の料理にアレンジしてみよう。

カレーパエリア

カレーパエリアは、カレーとパエリアの組み合わせで、簡単に作れます。カレーをパエリアの代わりに使えば、簡単に作れます。

残ったポテトサラダ

コロッケにリメイク

ポテトサラダをコロッケにリメイクして、揚げたてで食べよう。ポテトサラダをコロッケの具に使うと、簡単に作れます。

春巻きにリメイク

ポテトサラダを春巻きにリメイクして、揚げたてで食べよう。ポテトサラダを春巻きの具に使うと、簡単に作れます。

残ったカレーで……

カレーが残ったから別の料理にアレンジしてみよう。

カレーパエリア

カレーパエリアは、カレーとパエリアの組み合わせで、簡単に作れます。カレーをパエリアの代わりに使えば、簡単に作れます。

残った食材はリメイク調理をしよう

ハンバーグの残りは炒飯、炊飯炊き

ハンバーグの残りを炒飯や炊飯にリメイクして、簡単に作れます。ハンバーグの残りを炒飯の具に使うと、簡単に作れます。

大根の皮は捨てるにラット

大根の皮は捨てるにラット。大根の皮は捨てるにラット。大根の皮は捨てるにラット。

かき揚げに酢豚

かき揚げに酢豚。かき揚げに酢豚。かき揚げに酢豚。

残ったうめんは野菜と炒めてソーメンちゃんプラー

残ったうめんは野菜と炒めてソーメンちゃんプラー。残ったうめんは野菜と炒めてソーメンちゃんプラー。

残った豚汁や肉じゃがを、ドリア

残った豚汁や肉じゃがを、ドリア。残った豚汁や肉じゃがを、ドリア。

残ったお蕎麦、焼きそばは海苔巻

残ったお蕎麦、焼きそばは海苔巻。残ったお蕎麦、焼きそばは海苔巻。

フードロス削減活動

フードロス削減活動。フードロス削減活動。フードロス削減活動。

残った野菜は乾燥野菜でストック

残った野菜は乾燥野菜でストック。残った野菜は乾燥野菜でストック。

残ったお惣菜でミニピザ

残ったお惣菜でミニピザ。残ったお惣菜でミニピザ。

フードバンク・子ども食堂の食べ物を救う活動

フードバンク・子ども食堂の食べ物を救う活動。フードバンク・子ども食堂の食べ物を救う活動。

あきる野市の家庭から出るごみに食品ロスが……

あきる野市の家庭から出るごみに食品ロスが……。あきる野市の家庭から出るごみに食品ロスが……。

打合せの中で出た、前回の反省と今年のコンセプトは以下のとおりです。

【前回の反省】

- ・コンセプトは「繰り返し保管して見続けてもらえるもの」

→レシピ等を大量に載せたが、字が多くて読むのが面倒になってしまう。

- ・レシピの文量を優先した結果、子ども食堂、ごみ袋の減量記事、EM菌堆肥化の記事がWEB掲載（QRコード掲載）になってしまった。

→役所的で万人受けをするが、誰かに刺さる内容ではない。

→子ども食堂の取材やごみ袋の減量など市民に周知したい内容がぼやけてしまった。

子ども食堂と食品ロスについて

取材：あきる野ごみ会議

食品ロスとして、家庭から出る未開封食品などについては、フードバンクや子ども食堂など受け入れをしている団体があります。それぞれの役割について取材してきました。

あきる野市には市民団体の「フードバンクあきる野」があり、町内会や学校等に協力いただきフードドライブ（未利用食品の寄贈収集）を実施しているほか、令和5年8月から食品の回収ボックスを社会福祉協議会に設置しています。フードバンクあきる野では「緑豊かなあきる野市を未来の子供たちにつなぐ」をモットーに余剰食品の循環を通してつながり合う街を目指し、食品の収集と広報活動を行っています。

【フードバンクあきる野】

（社会福祉協議会に設置された食品受付ボックス：フードバンクあきる野のFoodbank@Kiyuno Y.（旧）

コラム① ごみを減らして家計と地球を守ろう！！

（ごみ会議委員 KN）

燃えるごみの年間収集回数は103回（令和4年度）です。

皆さんは、ごみ袋の購入に年間いくら使っているか想像したことはありますか。

仮に1回の収集に1枚の袋でごみを出した時に、ごみのサイズによってどの位の金額の差があるかを表にまとめてみました。

袋のサイズ	容量	金額 (10枚一組)	1年間の金額 (1枚身出×103回)	5年間の金額 (1年間×5)
ミニ袋	5ℓ	70円	721円	3,605円
小袋	10ℓ	150円	1,545円	7,725円
中袋	20ℓ	300円	3,090円	15,450円
大袋	30ℓ	450円	4,635円	23,175円
特大袋	40ℓ	600円	6,180円	30,900円

気候変動や地球環境が問題になっている昨今、食品や生活用品なども値上がりしています。ごみを減らすことで、地球にも家計にも優しい暮らしがあるはずですよ。

例えば

1年間で1,030ℓのごみ減量になり、1,545円分経費も減ります。
5年間で5,150ℓのごみ減量になり、7,725円分経費も減ります。

ごみ袋の費用だけでなく、**100分のごみ減量を意識すること**で、ものを大切に使うようになり、無駄な買い物しなくなったり、容積が少なくて安い詰替品を選ぶ習慣がついたり、大きな節約になります。

ごみの減量は、節約だけでなく不思議と日々の暮らしを豊かにすることにも繋がります。

残念ながらWEB掲載になってしまった、子ども食堂の記事（左）と、ごみ減量で家計と地球を守ろうの記事（右）

【今年のコンセプト】

「行政っぽいデザインから脱却、手に取って読みやすくぱっと見で分かるものへの転換」

「ターゲットを明確にして、ターゲットが興味のある記事にフォーカスする」

「教科書的な内容ではなく、興味を持つきっかけにする。」

→文書を読ませるのではなく、斜め読みで概要がはいってくる図・写真が多いデザイン

→内容を細かく教える内容だと、押しつけのように感じてしまう。みんなが持つ疑問などを列記して「共感してもらえること」を重視する。

→ぱっと見で伝わる事を考えると、テーマを選別、フォーカスすべき。

具体的に掲載したいテーマの案として以下のものが挙がりました。

- ①小学校でのごみの出前授業、ごみ減量と教育の関係について
- ②海ごみとプラスチックスマート（プラスチック廃棄と環境負荷）
- ③能登半島地震から1年経過した節目に、災害廃棄物対策の啓発記事
- ④過去に連載した「ごみのゆくえ」をもう一度掘り下げる
- ⑤「ものとの付き合い方」「ごみとの付き合い方」に関する世代ごとの違いを学ぶ
- ⑥衣類のリサイクルとエシカル消費
- ⑦草や枝の自家処理の推進



議論2 掲載テーマの絞り込み へ続く