



最近、全国各地で取り組まれている、ごみ対策や脱炭素化。ニュースやインターネットで耳にしたり、目にする機会も増えました。では、この町に住む私たちに出来ることは何があるのでしょうか。このシリーズでは、ごみ対策や脱炭素化に関連した身近な話題をご紹介します。「ごみのこととか、脱炭素化とか…」みんなで楽しく考えてみましょう。

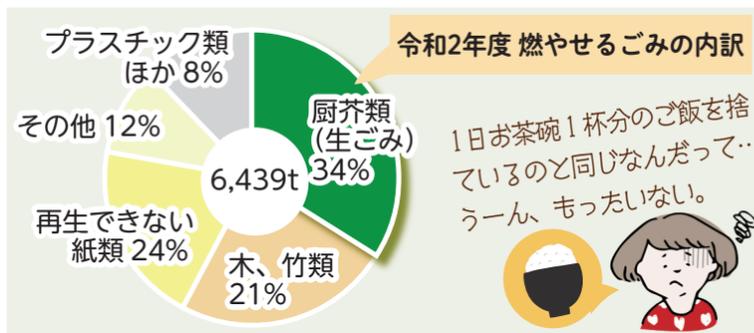
連載第1回目のテーマは「食ロス削減」。この町の「生ごみ」に焦点をあててみます。

食ロス削減について考えよう



問 資源循環担当34・1111 内線292,293 2-15

宮代町の燃やせるごみのトップは生ごみ!!



令和2年度の宮代町の燃やせるごみ(6,439t)の内訳で最も多かったのは厨芥類、いわゆる生ごみで3割を占めています。

〈生ごみが廃棄される主な要因〉

- ① 食べ残しによる廃棄
- ② 消費期限・賞味期限が切れたことによる廃棄
- ③ 可食箇所(まだ食べられる部分)の廃棄

今回はココに注目!

どれも「残念！」な要因ですね。これを減らすことができれば、生ごみ・食ロスはまだまだ減らせる！はずです。それでは、私たちはどんなことができるのでしょうか…。

今回は「野菜」の「残念！」に注目して、考えてみましょう!

野菜の使い切り、できていますか？



家庭での野菜の使い切りについて、町職員に調査を行いました。その結果、部分的に使わない箇所があると答えた職員が7割を超えました。一方、使いきりをしている家庭からは「甘くて味が濃厚」「栄養価が高いそうなので食べるようにしている」といった回答がありました。

▲ 使わない理由 ▲

- ・硬くて食べにくい
- ・調理が面倒、方法がわからない
- ・「食べられる」という発想がなかった

● 使い方の例 ●

- ・茹でる ・ぬか漬け
- ・細かく刻んで炒める
- ・生ごみ処理容器(コンポスト)に入れたり、畑の土と混ぜて堆肥化

野菜の使い切りアイデア

捨てられがちな野菜の“あの部分”、使い切ってロス削減!

地球にも、心と身体にもやさしいエコクッキングで、野菜の食べきりに、レッツトライ!

ほうれん草

根元の赤い部分は甘味が! 根元を切った後、水につけて土を落として食べよう。

ブロッコリー

芯もゆでて食べよう!
※電子レンジでも可
硬い部分も薄く切ると同じ時間で調理できるよ!

ピーマン

野菜炒めを作る時は栄養があるタネとワタも使っちゃおう!

だいこん

皮もきんぴら風に切って炒めると、たくあんの食感でおいしい♪
葉は味噌汁に入れちゃおう!

その他のアイデア

- 漬け物や冷凍保存を活用
- 乾燥させて、野菜チップにする
- 野菜室が空になるまで買いに行かない
- 買い物前に、冷蔵庫の中身をスマホで撮影

LINEで教えてください♪

みんなのエコクッキングアイデア

おすすめエコクッキングアイデアを大募集します。町公式LINEと友だちになり、トーク画面にアイデアをコメントしてください♪写真を一緒に投稿してもOK! 集まったアイデアは、町ホームページ等でご紹介します!



2/28(月)マデ



生ごみの80%は水分と言われています。

生ゴミを燃やせるごみで焼却処理した場合、乾燥しているごみよりも多くのエネルギーが必要となります。そんな「もったいない!」生ごみ・食ロスを削減するポイントは「**使いきる**」「**食べきる**」「**水をきる**」こと。みなさんのご家庭でも、できることを見つけて、はじめてみませんか。