

## 食品の廃棄状況を毎日チェックして食品のロスを削減しましょう

可燃ごみの処理にかかる費用は・・・

町の可燃ごみの処理には約30円/キログラム（収集・処理）の経費がかかります。

家庭から出る可燃ごみは、一人一日約356グラムで水分を多く含みます（可燃ごみの5～6割は水分）。

可燃ごみの水分は、そのほとんどが食品に由来すると考えられます。食品に関係するごみを減らすことで、処理に係る経費は大きく削減されます。

処理機で乾燥し家庭菜園で使うと・・・（4人世帯で試算）

$365日 \times 356\text{グラム} = 129,940\text{グラム} \Rightarrow$  一人一年の可燃ごみの量

$129,940\text{グラム} \times 4人 \div 1000 = 520\text{キログラム} \Rightarrow$  一世帯一年の可燃ごみの量

$520\text{キログラム} \times 30\text{円} = 15,600\text{円} \Rightarrow$  一世帯一年の可燃ごみの経費

このうち、約3割を削減すると・・・【5,000円程度/年/世帯】の削減

生ごみを処理した後は・・・

乾燥処理などした生ごみは、プランターや家庭菜園で活用しましょう。乾燥後の使い方は、機器の取扱説明書などに記載されています。プランターや家庭菜園で野菜や花を育ててみてはいかがでしょうか。

自分で作った野菜は、フードマイレージ0（ゼロ）です。

フードマイレージを減らしてSDGsの達成を

-----フードマイレージ-----

食材が産地から食卓に運ばれるまでの環境負荷を「食料の重量×輸送距離」で表したものです。

-----この取組で期待できるSDGs-----

### 12 作る責任 使う責任

・ものを作ったりするときに限りある資源を無駄にしないようにすること。食品を使い切ることや、地産地消の取組で、環境にやさしい食生活を。

### 13 気候変動に具体的な対策を

・食品の輸送や廃棄物の処理による環境負荷の低減を図りましょう。

### 14 海の豊かさを守ろう

・輸送による環境負荷の低減は、海洋汚染の原因となる海の酸化の低減にもつながります。陸から海を守りましょう。

可燃ごみの曜日

火曜日/金曜日

” ---記入例--- ”

始める日

4月10日

\*捨ててしまった食品（食べ残し）、捨ててしまった食材（手つかずの食品）をチェック

1日目

4月10日

---重さは---

目分量で構いません。

お茶碗一杯 150グラムを目安

~~~食べ残し~~~

| 捨てたもの                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 重さ   | 捨てた理由 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------|
| その他（ごはん・パン・麺類）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 100g | 食べ残し  |
| 肉                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 30g  | 作りすぎ  |
| <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; width: 45%;"> <p>---捨てたものの分類---</p> <p>☆ごはん（主食） ☆おかず</p> <p>☆汁物 ☆・サラダ ☆おかし</p> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; width: 45%;"> <p>---捨てた理由---</p> <p>☆作りすぎ ☆食べ忘れ</p> <p>☆好き嫌い ☆その他</p> </div> </div> |      |       |
| 合計                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 130g |       |

~~~手つかずの食品（食材）~~~

| 捨てたもの  | 重さ   | 捨てた理由  |
|--|------|--------|
| たまご/牛乳   | 20g  | 腐っていた  |
| 肉  | 100g | 消費期限切れ |
| <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; width: 45%;"> <p>---捨てたものの分類---</p> <p>☆野菜/果物 ☆魚/貝など</p> <p>☆肉 ☆たまご/牛乳 ☆お菓子</p> <p>☆その他（パン、ごはん、麺類など）</p> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; width: 45%;"> <p>---捨てた理由---</p> <p>☆腐っていた ☆賞味期限切れ</p> <p>☆消費期限切れ ☆硬くなっていた</p> <p>☆忘れていた ☆その他</p> </div> </div> |      |        |
| 合計   | 120g |        |

---7日間の結果が出たら---

7日間の取組後に、まだ食べられるのに捨ててしまった食品や食材（食品ロス）が与えた環境への影響について考えましょう。

⇒『7日間のふりかえり』を記入しましょう。

\*生ごみ処理機の補助金の申請をする場合は、1日目から7日目までの記入済みのシート、7日間のふりかえりシートの提出が必要です。















