

青 環 号 外  
平成 2 9 年 8 月 1 8 日

もったいない・あおもり県民運動  
推進会議構成団体の長 殿

青森県環境生活部環境政策課長  
(公印省略)

3つの「きる」で生ごみを減らそう！キャンペーンの実施について

時下、ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

さて、生ごみの減量と食品ロス削減につきましては、4月に開催された「もったいない・あおもり県民運動推進会議」において、今年度、重点的に取り組んでいくこととしており、このため、9月から10月までの2か月間、『3つの「きる」で生ごみを減らそう！キャンペーン』を実施いたします。

つきましては、県民総参加で生ごみの減量と食品ロス削減に取り組んでいくため、別添のとおりポスターを作成しましたので、貴団体に掲示していただくとともに、本月間の周知及び実践について、貴団体の御協力のほどよろしくお願いいたします。

なお、3つの「きる」に関するリーフレットにつきましては、当課ホームページからダウンロードできますので、ご自由にご使用ください。

(<http://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kankyo/kankyo/files/NamagomiGenryo.pdf>)

記

- 1 実施期間  
平成29年9月1日（金）から10月31日（火）までの2か月間
- 2 主催  
青森県、もったいない・あおもり県民運動推進会議



青森県環境生活部環境政策課  
循環型社会推進グループ 齊藤主査  
TEL:017-734-9249  
FAX:017-734-8065  
MAIL:akr\_saito@pref.aomori.lg.jp

♪ 食材は使い「きる」♪

♪ 料理は食べ「きる」♪

♪ 生ごみは水気を「きる」♪



ヘルロス君  
ロックバンド「ゴミヘルズ」のギター・ボーカル。  
歌で生ごみ減量や食品ロス削減を訴え続けている。  
ドラムのヒカエル、ベースのナックスとともに  
今日もどこかで演奏している。

# 3つの「きる」で 生ごみを減らそう!

ごみの量が多い青森県

実は家庭から出る可燃ごみの約5割が「生ごみ」なのです!

生ごみは、毎日のちょっとした努力で減らすことができます。

3つの「きる」を実践して、生ごみ減らそう青森県!

青森県、もったいない・あおもり県民運動推進会議

## 3つの「きる」を実践する前に...3つのデータを見る

# 青森県の生ごみ事情について予習しましょう

暮らしの中で毎日出てしまう「ごみ」。

私たちはどのくらいのごみを捨てているのでしょうか。

現状を知り、3つの「きる」で生ごみを減らしていきましょう。

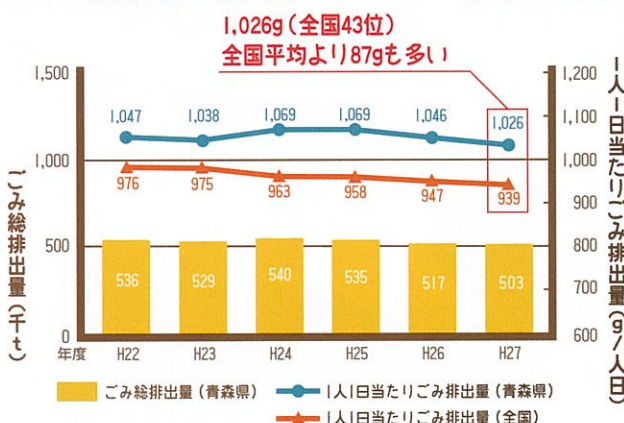
## Q 毎日どれくらいのごみが捨てられているのでしょうか？

残念ながら、全国平均よりも多いんです。

青森県の家庭や職場から出るごみ(一般廃棄物)の量は、平成27年度は503,390tで、県民1人1日当りに換算すると、1,026gになっています。

これは、全国平均の939gより87gも多く、全国43位となっています。

ごみの総排出量と県民1人1日当たりの排出量の推移

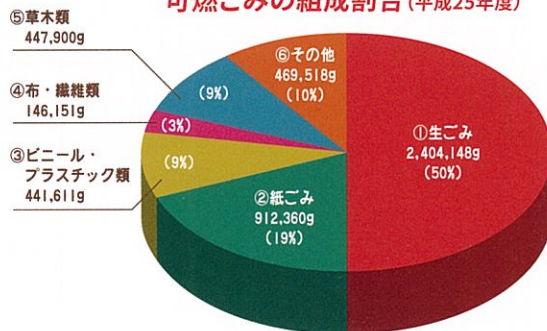


## Q 家庭から出る可燃ごみのうち、生ごみはどれくらいの割合を占めているのでしょうか？

青森県の場合、家庭から出る可燃ごみのうち、約5割がなんと、「生ごみ」なんです。

少しの心がけで、毎日の食事から出る生ごみの減量に取り組むことができます。

可燃ごみの組成割合(平成25年度)

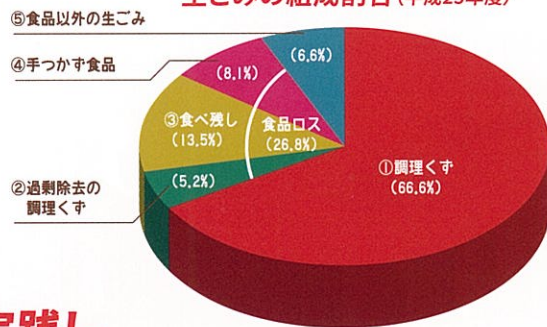


## Q 家庭から出る生ごみのうち、食品ロスはどれくらいの割合を占めているのでしょうか？

青森県の場合、生ごみのうち、約26.8%がなんと、まだ食べられるのに捨ててしまう食品、いわゆる「食品ロス」なんです。

手つかずの食品をはじめ、野菜の皮のむきすぎなど、食べられる部分をムダに捨てていることも食品ロスの原因になっています。

生ごみの組成割合(平成25年度)



**ごみを減らすためには、3つの「きる」を実践し、生ごみを減らすことが必要です。**

正しく理解して食品ロスを減らそう!

## メモ:消費期限(安全性の保証期限)と賞味期限(おいしさの保証期限)

消費期限は過ぎたら食べない方がよい期限で、安全性の保証期限という意味です。

それに対して賞味期限とは、おいしく食べることができる期限で、おいしさの保証期限という意味です。

ですから賞味期限を過ぎても、すぐ食べられなくなるということではありません。ただし、賞味期限を過ぎたものを食べるときは、見た目、臭い、味を確認して不安を感じたら食べるのを止めましょう。



ボーカル&ギター:ヘルロス

# 1つめの「きる」 食材は使い「きる」

## ▶ 食材はムダなく使いましょう

- 野菜などを切ったり、皮をむいたりするときは、工夫をして捨てる部分が少なくなるようにしましょう。

## ▶ 食材は必要な分だけ買いましょう

- 買い物前に冷蔵庫の中身などをチェックして、残っているもの、残りそうなものは買うのを控えましょう。また、定期的に冷蔵庫の中身をチェックして、消費期限が近い食材を使いきる日を作ってみましょう。
- 買い物前にメニューを考えて、メモを作ってから出かけると、 unnecessary 買い物が控えられます。また、すぐ使う食材は、期限の近いものを買うことで、店舗での廃棄が減って、地域全体のエコにもつながります。

⚡ 買いすぎは控えるが  
ドラムは遠慮しないぜ! ⚡



# 2つめの「きる」 料理は食べ「きる」

## ▶ 作った料理は残さずおいしく食べましょう

- 作りすぎてしまわないよう、家族の予定や人数、それぞれの家族の適量に合わせて作りましょう。ただし、食べ過ぎには気をつけましょう。

## ▶ 作り置きができる料理は、 毎日少しずつ食べて食べきりましょう

- 料理が残ってしまったら、冷凍保存したり、少しアレンジを加えて違う料理にするなどして、食べきる工夫をしてみましょう。

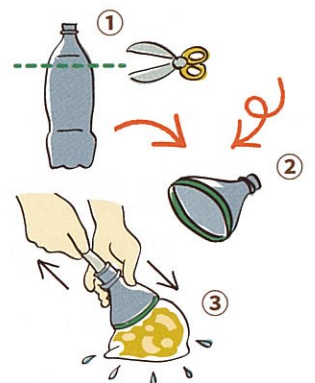
⚡ 食品ロスを無くしても  
情熱は無くさないさ ⚡



# 3つめの「きる」 生ごみは水気を「きる」

## ▶ 三角コーナーや水切りネットを使って、 生ごみの水気をきりましょう

- 生ごみの重さのうちの約8割は水分となっています。きちんと水気をしぼってからごみに出せば、ごみの重量を減らせるだけでなく、生ごみを燃やす際のエネルギーも節約できます。余計な水分を含まないように、生ごみには水がかからないようにしましょう。
- 生ごみの水気を手を汚さずにしぼるための器具なども売られていますが、ご家庭にある物を活用する方法として、不要なペットボトルなどでも水気をきるすることができます。



## ▶ さらに一工夫して生ごみを減らしましょう

- 野菜くずや果物の皮は乾かしてからごみに出しましょう。新聞紙に載せて室外の風通しの良いところに置いておくと早く乾燥します。

## 3つの「きる」で生ごみを減らそう!

# 3つの「きる」を実践しながら...3つの理由を知る なぜごみを減らさなければいけないの？

そもそも、私たちがこのままごみを減らさない状況が続くと、  
どのような影響が出るのでしょうか。

## 1つめの理由

### 天然資源の枯渇や地球温暖化の問題があります

私たちの身の回りにあるものは、限りある資源で作られています。  
これらが不用となって、ごみとして燃やす際には、石油などのエネルギー資源が大量に使われており、  
天然資源の枯渇のおそれがあります。  
また、ごみを燃やすときには、温室効果ガスである二酸化炭素が発生しますので、  
このまま温室効果ガスが増えると地球温暖化が進み、地球環境にさまざまな影響を与えてしまいます。



## 2つめの理由

### 最終処分場がひっ迫し、ごみを処理する場所がなくなります

ごみを燃やした後に出る焼却灰や不燃ごみなどは、最終処分場に埋め立てられますが、埋め立てできる量には限りがあります。  
また、新しく最終処分場をつくるためには、たくさんの税金と時間がかかります。  
そのため、ごみがこのまま増え続けると、埋め立てする場所がなくなって最終処分場をつくることができず、ごみが街にあふれてしまうかもしれません。



## 3つめの理由

### ごみの処理には税金が使われています

ごみの排出量が多く、リサイクル率の低い青森県では、ごみの処理に年間約181億円超（平成27年度実績）の経費が使われており、1人当たりのごみ処理経費に換算すると約13,500円（平成27年度実績）です。  
ごみを減らすことは、ごみ処理経費の削減につながり、削減された経費は、教育や福祉、社会基盤の整備などに充てることができます。



**次世代の子供たちに、豊かな自然環境に恵まれた青森県を  
引き継いでいくためには、私たち一人ひとりが、  
「もったいない」の意識をもって、  
ごみの減量とリサイクルに取り組んでいくことが必要です。**

青森県環境生活部環境政策課  
循環型社会推進グループ

TEL:017-734-9249 FAX:017-734-8065  
E-mail:kankyo@pref.aomori.lg.jp

あおもり環境ホームページ「エコ・ナビ・あおもり」

<http://www.pref.aomori.lg.jp/nature/kankyo/econavi.html>



もったいない!あおもり  
県民運動キャラクター  
「エココー」