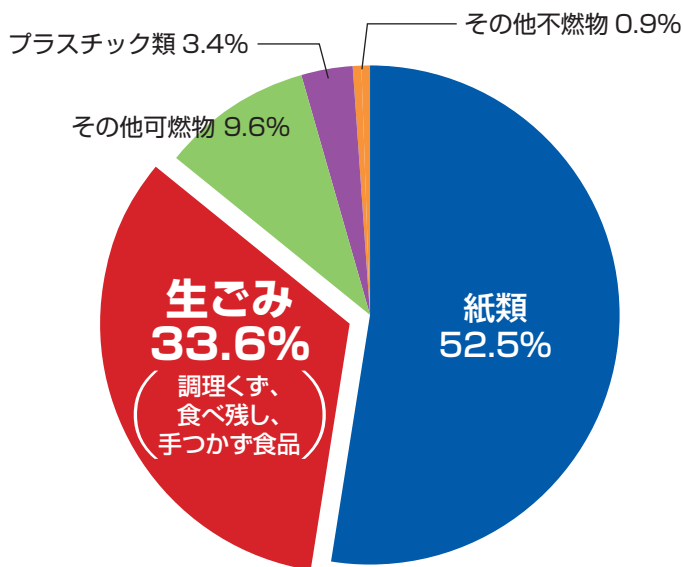


「3キリ運動」で 生ごみを減らそう!

生ごみの水キリ!!
料理の食べキリ!!
食材の使いキリ!!



家庭から排出された焼却ごみの内訳

「3キリ運動」とは、

- ・買った食材を使い切る「**使いキリ**」、
 - ・食べ残しをしない「**食べキリ**」、
 - ・ごみを出す前に水を切る「**水キリ**」、
- これら3つの「**キリ**」を合わせたキャッチフレーズです。

左のグラフは岩国市の家庭から出された「焼却ごみ」の内訳です。調理くずや食べ残し、手つかず食品など生ごみの割合が**3割以上**を占めています。

そして生ごみの**約8割**は水分といわれています。

生ごみの減量に向け、「3キリ運動」に取り組みましょう。

「食材の使いキリ」



- 買い物前に冷蔵庫を確認
- 残っている食材から使う
- 必要な分量だけ買う
- 皮を厚くむきすぎない
- 捨てていた部分も調理に

「料理の食べキリ」



- 食べきれぬ分だけ作る
- 残り物は上手に保存、アレンジして次の食事に
- 食事はハーフサイズや小盛り等、食べきれぬ量を注文

「生ごみの水キリ」



- 捨てる前にギュッとひと絞り
- 軽くなってごみ出しが楽に
- 水が出ず持ち出し場も清潔に



生ごみを減らすと 食品ロスの削減に つながる！



食品ロスとは

食べられるのに捨てられている食品をいいます。日本では年間約643万トンの食品廃棄物が出されています(農林水産省平成28年度推計値)。これを国民一人あたりに換算すると「お茶碗1杯分(約139g)の食べ物」が毎日捨てられていることとなります。



もったいない!!

私たちにできること

家庭で

「消費期限」と「賞味期限」を正しく理解する

消費期限は「過ぎたら食べない方がよい期限」で、賞味期限は「おいしく食べることができる期限」です。表示の意味を正しく理解し、賞味期限は過ぎてもすぐに廃棄せず、自分で食べられるかどうかを判断することが大切です。

外食時

「やまぐち食べきり協力店」を上手に活用する

「やまぐち食べきり協力店」とは食品ロスに削減に取り組まれている飲食店、ホテル等をいいます。小盛りなど希望量に応じた料理の提供や、希望メニューの聞き取りなどを実践されています。ぜひ、ご利用ください。

宴会時

「30.10運動」を心がける

「30.10運動」とは、宴会時に**最初の30分、最後の10分**は食事を楽しみ、食べ残しを減らす運動です。宴会時においても「もったいない」を心がけましょう。

食品ロスの削減は、焼却ごみの減量にもなりますので、皆様のご協力をお願いします。

