

生ごみ減量
ガイドブック

生ごみ減量の 里

みんなまで
取り組もう



春日井市

ごみの現状

平成25年4月から、資源・ごみの分別区分を変更し、プラスチック製容器包装と金属類を資源として収集するようになったところ、燃やせないごみ大幅に減少し、資源は増加しました。

1人1日あたりのごみ排出量は、前年比81グラム減の543グラムとなりましたが、国の定める第3次循環型社会形成推進基本計画では、平成32年度に家庭から出る1人1日あたりのごみ排出量を約500gとすることを目標としています。

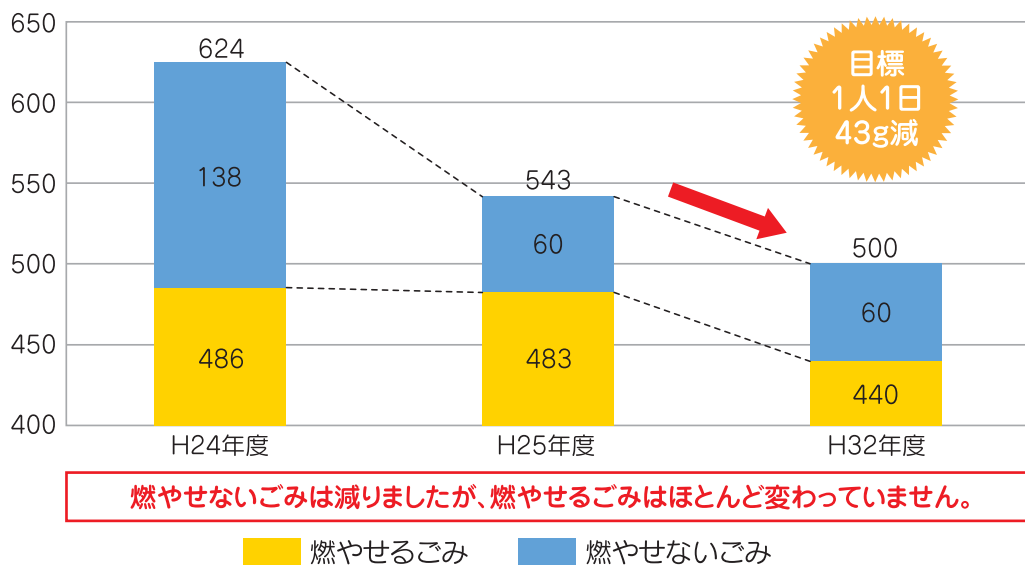
今後は、平成25年度と比べて、1人1日あたりのごみ排出量をさらに43グラム減らしていく必要があります。この減量を実現すると市内全体の1年間に出るごみの量を、4,873トン減らすことができます。

※43グラム×365日=15,695グラム(約15キロ)

人口310,495人×15,695グラム=4,873,219,025グラム(約4,873トン)

(平成27年1月1日現在の人口)

1人1日あたりのごみ排出量の推移 (単位:g)



そこで!

燃やせるごみを減らすために「3きり運動」に取り組みましょう。

一般的に燃やせるごみの中には、生ごみが30%~40%含まれていると言われています。そこで、次の3つの取り組みが生ごみの減量に効果があります。

- **使いきり** 食材は、使いきるようにしましょう。
- **食べきり** 料理は、食べきるようにしましょう。
- **水きり** 生ごみは、水きりをして減量しましょう。

「3きり」
とは?

皆さんに「3きり運動」を実践していただけるよう、次ページから説明をいたします。

1 使いきり

食材は、必要なものだけ買って
正しい保存でムダなく使いきりましょう!

👉 余分なものは買わない!

このようなことがないように、食材の在庫を確認してから、買い物リストを作って、買い物に出かけましょう。

ないと思ったら
冷蔵庫にあった
こんなに使いきれない



👉 衝動買いをしない!



「期間限定」「タイムセール」
「詰め放題」……
「お買い得!」につられて、使いきれないほど食材を買っていませんか?

でもこれ、
本当に必要?
何に使うのよ…



やった~
お得~!

ちょっと
待った



👉 捨てずに使いきる!

余った食材は冷凍保存!何かもう一品という時に便利です。

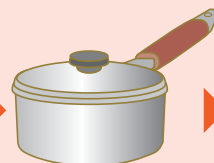
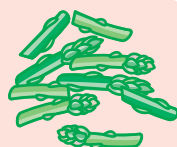
工夫次第で食材長持ち
ごみも減らせて家計も
助かります!



肉、魚などは、
一回で使いたい分量に
小分けして、冷凍保存



野菜はスライスしたり、
ゆでてから小分けして、
冷凍保存



小口に切り分け

硬めに塩茹で

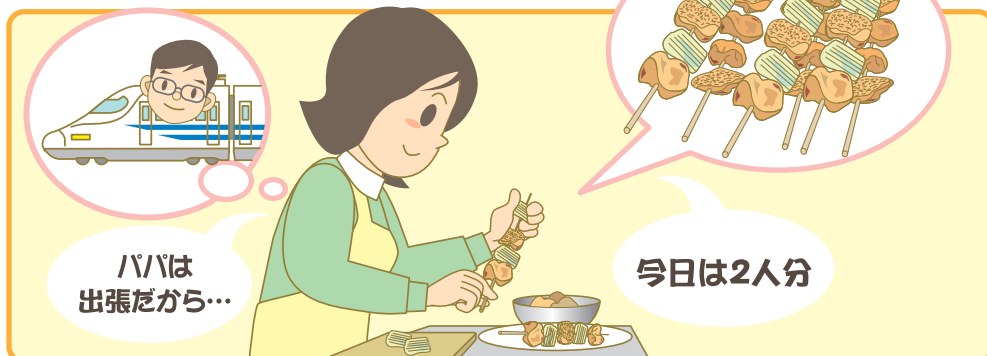
冷めたら冷凍

2 食べきり

作った料理は、食べ残さないように
しましょう!

👉 食べきれ的分だけ作る!

料理は、食べきれ的分だけ
作るように心がけましょう。
残ったときは、上手に保存
して食べきりましょう。

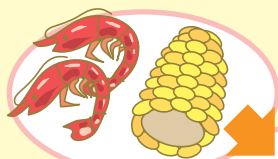


👉 残った料理や食材をアレンジしておいしい料理に!

スープやカレーなど、
色々なメニューが
考えられるよ!

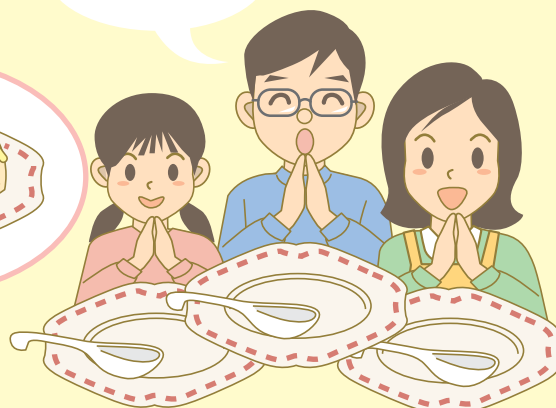


冷凍しておいた具材



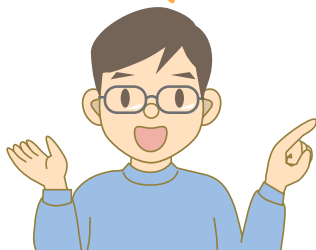
残った野菜

ごちそうさま!



👉 賞味期限とは?

「賞味期限切れ」=
「すぐ捨てなくては」
ではありません



賞味期限とは…

未開封のまま、商品毎に指定された方法(例えば「要冷蔵」や「常温で直射日光の当たらない場所で保存」など)で保存された場合においしく食べられる期限を賞味期限といいます。

※賞味期限を過ぎても、直ちに食べられなくなるということではありません。

※ただし、一度開封してしまったものは、賞味期限にかかわらず、早めに食べましょう。

消費期限とは…

未開封のまま、商品毎に指定された方法で保存された場合に食べて安心な期限を消費期限といいます。

※消費期限と表示されたものは注意しましょう。

3 水きり

生ごみの水分をできるだけ減らしましょう!

👉 水分をしぼる!

生ごみを捨てる前に「水をきる」という一手間を加えると、ごみの減量だけでなく、においや菌の繁殖を抑え、衛生面も向上します。

三角コーナーは
水きりネットを
使用する



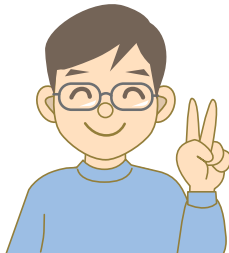
ごみ箱に
捨てる前に
ひとしぼり!



★とがった骨などに気をつけて!

👉 風通しの良い場所で乾かす!

生ごみの臭いが
とても少なくなり
これは効果的



水分を減らすとごみが軽くなるだけでなく、雑菌も減ります。

ざるや新聞紙に
広げて乾かす

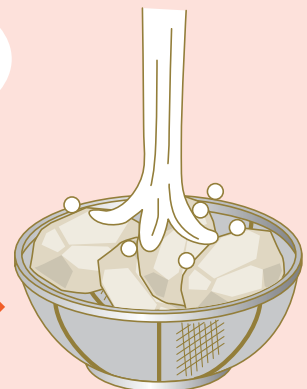
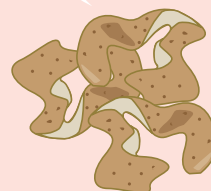


👉 水に濡らさない!

最初から余分な水分を
食材に含ませない工夫も
大切です



野菜は、
皮をむいてから洗う!



生ごみを 堆肥化しよう!

生ごみは、コンポスト容器や密閉式容器などで堆肥化することができます。作った堆肥は、野菜や花の栽培に使えます。

● 堆肥化の手順

1次処理

生ごみを微生物の力を使って「発酵」させたり、電気で「乾燥」させたりします。

● 1次処理に使用する機器

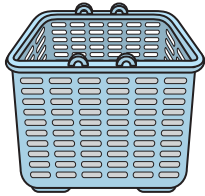
機器名	使用場所
手づくりコンポスト容器	ベランダ
生ごみ発酵用密閉式容器	屋内
コンポスト容器(市販品)	庭
電気式生ごみ処理機 乾燥型	屋内
電気式生ごみ処理機 バイオ型	屋外

手づくり コンポスト 容器

コンポスト容器とは、好気性の微生物の力を利用して、生ごみを分解し、堆肥を作ることです。

家庭で手軽にできる「洗濯かご」を使った堆肥の作り方

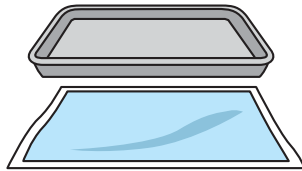
● 必要な材料



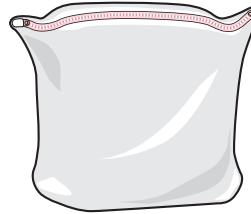
洗濯かご
(取っ手は外す)



発酵バッグ
(不織布や麻製のバッグ)
(通気性の良いもの)



洗濯かごの底に敷くトレー
または給水シート
(ペット用シート等)
(結露水対策)



円筒形の洗濯ネット
(かごが入る大きさ)
(虫よけにします)



園芸用のスコップ



ウッドチップ
(炭素材料)
(ピートモスなど)



米ぬか
(発酵補助剤)



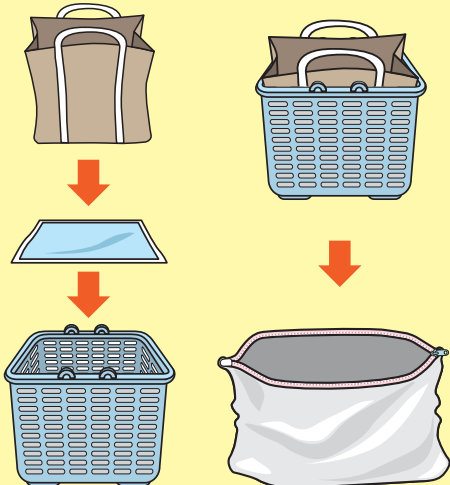
発酵菌
(バチルス菌など)



温度計
(100℃まで)
(発酵温度の確認用)

※材料はホームセンターなどで簡単に手に入ります。利用できるものは、自宅にある古いものでかまいません。

- 1 洗濯かごにトレー又は給水シートを敷き、発酵バッグを入れ、洗濯ネットにセットする。
- 2 米ぬかと発酵菌をよくまぜ、水を加える。
- 3 洗濯かごにウッドチップを敷き、②で混ぜた発酵菌を入れる。凹みを作りその部分に生ごみを入れかき混ぜる。



いっぱいになったら
60日~90日間、熟成
させてから利用する。

特徴

手軽で安価、臭いが少ない

虫の発生が少ない

比較的多い量に対応可能

初期費用と電気料金がかかりますが、虫の発生や臭いが少なく手間もかからない

2次処理

1次処理でできた堆肥材を、さらに発酵させると堆肥として使うことができます。

経験者のコメント (市内 町屋町在住 Hさん)

自作のコンポスト容器で、家庭から出る生ごみを利用して良質な堆肥を作っています。少しの手間で、ごみを減量できます。



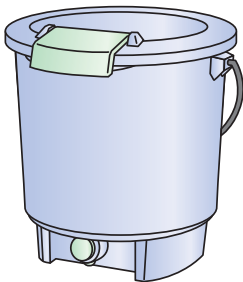
出来た堆肥は、畑や花壇の土に混ぜて有効利用しましょう。

生ごみ発酵用密閉式容器

生ごみ発酵用密閉式容器とは、嫌気性の微生物の活動を利用して、生ごみを堆肥化する容器です。

生ごみ発酵用密閉式容器を使った生ごみ発酵処理のしかた

●必要な材料



生ごみ発酵用密閉式容器

生ごみ発酵用密閉式容器の特徴

虫の発生が少なく、屋内でできるため、冬でも気軽に続けることができます。



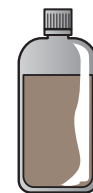
米ぬか (発酵補助剤)



嫌気性微生物 (市販されています)



油かす (発酵補助剤)



糖蜜 (嫌気性微生物のエサとなります)

※材量はホームセンターなどで簡単に手に入ります。 ※各材料の分量は密閉式容器の説明書を参考にしてください。

1 米ぬかと油かすをよく混ぜ合わせアを作る。

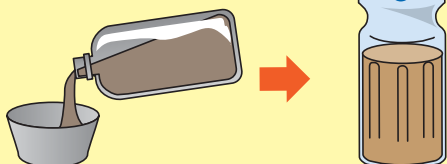


3 1の糖蜜液の中に嫌気性微生物を入れて、混合の希釈液ウを作り、アとウをすこしずつ混ぜ合わせる。その後、混ぜ合わせたものをビニール袋に入れ、発酵・乾燥させて一次処理剤の完成。



2 糖蜜を少量のお湯(45℃前後)で溶かした後、水を加えて糖蜜液1を作る。

※水は、水道水を一昼夜くみ置きし、塩素を抜いておきます。



4 生ごみ発酵用密閉式容器に、生ごみと一次処理剤を入れ蓋をする。



これを繰り返して容器が一杯になったら、1~2週間熟成させて、できたものを土と良く混ぜて利用する。

生ごみ減量チェックシート



ごみの減量と資源化のために、どれだけ取り組んでいるかチェックしてみましょう。

- 計画的に買い物をし、無駄なものは買わないようにしている。
- 量り売りやばら売りの商品を買うよう心がけている。
- 食材は使いきることを心がけている。
- 食材が長持ちするよう適切な保存を心がけている。
- 買い物に行く前に食材の在庫を確認している。
- 食材の賞味期限と消費期限の違いを理解している。
- 自分や家族の食事の適量を把握している。
- 料理は残さず食べきるようにしている。
- 残った料理を工夫して別のメニューに利用している。
- 料理をするときに食材は、なるべく濡らさないようにしている。
- 調理くずが出ない料理法を実践している。
- 生ごみは、乾燥させて水分を少なくして出している。
- 生ごみを堆肥化している。
- 生ごみから作った堆肥の利用方法を決めている。
- 生ごみ処理機を利用している。

●問い合わせ先 ごみ減量推進課 電話 85-6222
Eメール gomigen@city.kasugai.lg.jp