

みんなでチェック！わが家のごみ

# ごみ削減プロジェクト

2018年度 結果報告

● 報告者数

204 名

● ごみ出し平均回数

7.3 回/月

食品ロス削減につながる取組を周りの人にも広めましょう！

● 今回のプロジェクトを通して削減できたごみの量(10月と11月を比較)

119 kg

● 1日1人あたりの家庭系ごみの量

257 g/人日



岡山県の1日1人あたりの家庭系ごみの量は519g/人日(平成27年度)

## 取り組んだ感想やごみを減らすための工夫

### 買すぎない

- 自分は「買すぎタイプ」であることがわかったので、買い物のときはつつい買すぎないよう、何が必要か決めて出かけた。
- 無くなったものはメモしておき、必要なものを必要な量だけ買った。
- 今までまとめ買いをしていたため捨ててしまうことがあったが、いるものを必要なときに買うようにした。
- 冷蔵庫の中をチェックして、買い物をし、買すぎないように心掛けた。しなびた野菜、期限切れの食品もなくなり、ごみとして出す量も減った。

### コンポスト

- コンポストを用意して生ごみを処理した。以前も取り組み畑に堆肥として使用したところ野菜がおおきく成長した。
- コンポストを購入。失敗もあり、土にうめるのが大変で、勉強になった。今はできた土に花を植えるのが楽しみ。
- 10/21～段ボールコンポストを始めた。生ごみがなくなると重さも明らかに減ると実感。また、今年は職場の仲間も数名参加したので、重さの比較をしたり、意外に重たい人、軽い人、その中身など話せて面白かった。

### 使いきる

- 野菜を小さく切って小分けにして、様々なレパートリーで組み合わせられるようにした。
- 野菜類はできるだけ捨てる部分を少なくするようにカットして利用。水洗い時に容器くずや野菜くずなどはできるだけ水分を除去して捨てた。
- 冷蔵庫にあるもので料理を作る日を設けた。

### その他

- 食品トレーをついごみに捨ててしまうのをなるべくリサイクルするように心がけた。
- 買い物をした時の包装もなるべくしてもらわない。紙ごみは小さなものでリサイクルにまわす。生ごみはできるだけ乾燥させるようにした。
- 毎日のごみの量は少なくとも1ヶ月にまとめると結構な量になるのだと改めて思った。今まで、ごみの重さを計測したことがなかったので、とてもよい勉強になり、これからもなるべくごみをださない生活をしていきたい。

### 食べきる

- 食べ残しのない分量だけ買って、作った。



皆さんの少しの意識が大きなごみ減量に結びつきます。「もったいない」から始めよう!

