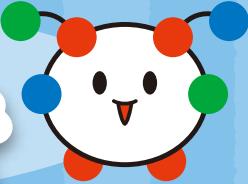




# 「3きり運動」で 生ごみの減量に取り組みましょう!



南砺市環境保健協議会

## ◆3きり運動とは?

### ① 作った料理の食べきり

- ・家族の食べる分量を把握し、作り過ぎないように調理しましょう
- ・もし残ってしまったらアレンジ料理で新メニューに変身させましょう
- ・外食では頬み過ぎに注意しましょう

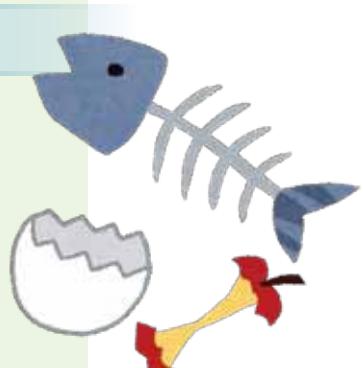


### ② 食材の使いきり

- ・定期的に冷蔵庫内の整理整頓を行い、食材の在庫を把握しておきましょう
- ・買い過ぎないように計画的な買い物を心がけましょう
- ・期限切れを防ぐために消費期限を把握しておきましょう

### ③ 生ごみの水きり

- ・水分の少ない野菜のくずなどは直接ごみ箱へ入れましょう  
※三角コーナーなどに入れると余分な水分を吸収してしまいます
- ・ごみ袋に入る前にできる限り水分を絞りましょう
- ・捨てる前に新聞紙などにのせて乾燥させましょう  
※腐敗や悪臭を防ぐ効果もあります



3つの「きり」を合言葉に  
生ごみの減量に取り組む運動です!



## ◇なぜ「3きり運動」が必要なのか？

排出される生ごみには、期限切れや食べ残しなど、本来は食べることができた食品ロスが多く含まれています。もったいないという意識が低下し、食に対する感謝の気持ちが薄れてきていることが原因として挙げられます。

また、生ごみは燃えるごみとして焼却施設で処分されますが、水分が大量に含まれているため、焼却する際に大きなエネルギーが必要となり、地球環境に負荷をかけています。

このような問題を改善するためにも、みんなで3きり運動を実践し生ごみの減量に取り組みましょう。生ごみ処理機を活用し、生ごみの堆肥化に挑戦してみるのもおもしろいですね！

## ☆賞味期限と消費期限の違いを知って食品ロスを防ごう！

**賞味期限** | おいしく食べられる期限のこと。期限が過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。

**消費期限** | 安全に食べられる期限のこと。期限を過ぎたら食べないほうがいい。

## ◇生ごみ処理機について

南砺市では、ごみの減量及び資源化を促進するために、生ごみ処理機の購入者に補助金を交付しています。

種類	特徴	補助金額
電動式	乾燥・脱臭・除菌を機械的に行い、生ごみを減容させます。処理物はそのまま肥料として使え、家庭菜園などで活用することができます。	購入価格の2分の1 上限50,000円
埋め込み式	バケツを大きくしたようなプラスチック製の容器を使用します。日当たりのいい土の上に設置し、土中の微生物等を利用して生ごみを堆肥化するものです。	購入価格の2分の1 上限5,000円
密閉式	ふた付きポリバケツのような密閉式容器を使用します。ぽかしといわれる生ごみ醸酵堆肥化材を使用し、生ごみを醸酵させるものです。屋内でも使用でき、冬でも続けられます。	購入価格の2分の1 上限3,000円



○お問い合わせ

**南砺市環境保健協議会**

〒932-0292 南砺市井波520番地  
南砺市役所井波庁舎3階（エコビレッジ推進課内）