

参考資料 3

(R4年2月9日 (水) 日進市一般廃棄物処理基本計画策定委員会)

生ごみ削減（水分削減、食品ロス削減）ワークショップ

1 開催概要

- (1) 日時 : 令和3年11月30日(火) 14:00~15:15
- (2) 場所 : 市役所4階 第1会議室
- (3) 参加人数 : 19名
- (4) 目的 : 日進市一般廃棄物処理基本計画に記載された施策を進める際の参考とするため。

2 結果

- (1) 参加者は積極的にアイデアを出し合い、作業予定時間をオーバーする場面もあった。また、普段使っている水切りグッズを持参して紹介する参加者もあり、テーマへの興味の高さが伺えた。
- (2) 消費期限を確認する、残った物は次の日の食事で活用する、献立を決めてから買い物する等のようにすぐに行えるアイデアや、大根・きゅうり・りんご等は輪切りにして皮を剥かず食べる、電子レンジを使うと皮が剥きやすくなり可食部を無駄に捨てる量が減る等、普段の料理経験を活かしたアイデアもあった。日頃から実践できるこれらのアイデアを市民に紹介し、水切りや食品ロス削減を習慣化してもらうことで、生ごみ削減効果が期待できる。

3 アイデア一覧

	テーマ	場面	具体的な方法
生ごみ削減	(1) 水分削減	乾燥など	水切り用グッズを使う 玉ねぎのネットで天日干し 小さく切る 乾燥を3日ほど行う 直接ビニール袋に入れる 洗う前に皮をむく 魚は新聞紙の上できれいにする 野菜を前もって洗う 茶ガラ出汁ガラ等は何度も水気のなくなるまで絞る 排水口のキャッチゴミは手で何度も絞る 三角コーナーに網目の細かい袋をつかいつつ 三角コーナーから移すとき水分をギュッと絞って捨てる袋に入れる 玉葱を入れる大きなあみ袋の中に水分をぬいた生ごみを入れて乾かす 水切りグッズを使用 新聞紙で包む 生ごみの水分をしっかりと切る 水で洗う前に無駄な葉を取ってから洗う 果物の皮も水にぬらさないで出す 野菜をぬらさないで処理 玉葱など 草取り等の庭から出たゴミは乾燥させてから出す
		再利用など	コンポストを使用して堆肥化 ざるに上げて天日で干し畑へもっていく 生ゴミ、魚の骨を堆肥にする
		その他	生ゴミはディスポーザーにて処理する できるだけ流し流さず紙につつま ぼろ布で包む フライパン水分をぼろ布でとってから洗う シーツの古いものタオルの古いもの 適当に切って水分を出してゴミを出す
	(2) 食品ロス削減	買い物など	買う物をメモして行く 食材を使う分だけ買う 出来るだけ少しずつ買うようにする 余分なものは買わないようにする 必要な時に必要な物を必要な分だけ買う よくよく考えて求める 食事の後に買い物に行く おなかの減った時はダメ 買いすぎ 買い物の時余分なもので包まず冷凍の物はその様な袋持参で持ち帰る 野菜の不用の箇所はお店で処分してくる 不要な部分は置いてくる 特売日を利用して安く買い冷凍する
		調理など	捨てていた部分を使う 大根、きゅうり、南瓜、なす等皮をむかないで食べる ヘタなど最小限に切り落とす りんごは皮をむかないで食べる 横わりにする 買ったものは全て使い切る 野菜の芯まで食べる 小さく切る その食材を使い切る 皮まで料理する レンジを使う 皮をむくときはピーラーかレンジでチンをしてむく 食べる分だけ作る 食べきる 作りすぎない 野菜の煮物で汁気が残った場合は他の煮物に使用する 買い物をしたらすぐ下ごしらえ調理する 買った物をすぐ処理 冷凍に煮物に炒め物に利用しやすいように 野菜スープ 人参、大根、玉葱短冊に切りコンソメで煮る 野菜の切れ端はよく煮込んでスープとして食す 調理方法を考え切り方味付けする 食べ切れるだけ食卓に出すようにする
		再利用など	翌日の弁当に活用 残りは冷凍に 冷凍庫の活用 アレンジ 余った物は保存する 冷凍にできるものはなるべくする 食事に行ったときビニール袋又はタッパーを持っていき残り物を持ち帰る 外食は食べ切れる量のもの(ごはん等) 一回に使う分に小分けして冷凍にする 次の日の昼ごはんに食べる
		その他	消費期限を確認する 冷蔵庫の中を見やすくし常に中をチェックしておく 量が多い場合人様に差し上げる おすそ分けをする ラップして空気をぬく アルミホイルに入れ光を入れず冷凍庫 献立を決め大雑把に仕訳をする 常備菜にして食べきる コンポストを利用している 「ボカシ」をふりかけている