

# 家庭ごみの約8割は減量が可能です

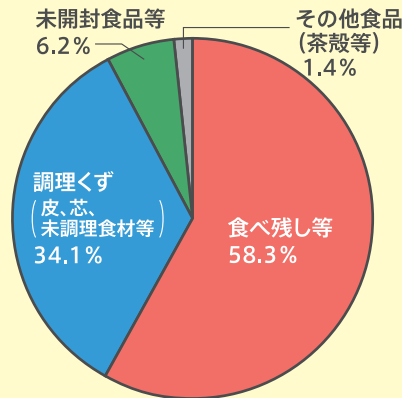
家庭ごみの中身を調べると、紙などの資源物と生ごみがそれぞれ約4割となっています。つまり、家庭ごみの約8割は資源物の分別と生ごみ減量の工夫で減らすことができます。

生ごみが減ればごみ出しも楽になるし、臭いも気になりません。ごみ袋のサイズが小さくなれば、家計にも優しいですね。

## 【家庭から出される生ごみの内訳】

生ごみのうち約6割を占めるのが実は“食べ残し”。食べ残しを減らすことが、ごみの削減につながります。

ちなみに日本全体では、食べられるのに破棄されている『食品ロス』が家庭から年間およそ200~400万トンも出ているんだニャ。



# 生ごみ減量のポイントは3つの「きる」!

日々の生活のちょっとした工夫で生ごみは簡単に減らすことができます。

## その1 食材は **使いきる**

食材は無駄なく使いきる! 必要な分だけ購入し、週1回の冷蔵庫チェックを習慣に。



## その2 料理は **食べきる**

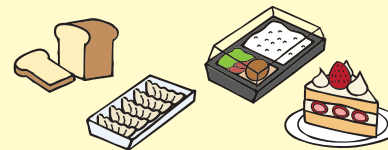
作った料理は残さず食べよう。たくさんある時は、小分けして冷凍保存。リメイク料理などに活用して捨てない工夫を!



### 消費期限と賞味期限の違いを知っておこう!

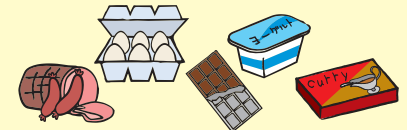
#### 【消費期限】

長く保存がきかない食品に表示。期限を過ぎたら食べないほうがよいもの。



#### 【賞味期限】

冷蔵や常温で保存がきく食品に表示。美味しく食べることができる期限を示しているため、期限がすぎてもすぐに食べられなくなるという意味ではないが、一度開封したら早めに消費を。



## その3 ごみを出すときは **水気をきる**

生ごみはできるだけ濡らさない。ごみを出す前のひとしぼりが大切!

