



ごみ減量で地球を守ろう!

東京港内の新海面処分場は、23区最後の埋立処分場です。長く使うためにも、地球の温暖化を防ぐためにも、一人ひとりができることから始めてみませんか。

今号の サンマルイチマル 主な記事

- ・「3010 運動」ってなあに。
- ・年末年始のごみ・資源収集のお知らせ

発行日 令和元年12月5日
 編集・発行 杉並区環境部ごみ減量対策課・杉並清掃事務所・方南支所

年4回(6・9・12・3月)各5日発行



あなたも、幹事さんも、お店の人も。

サン マル イチ マル
3010 運動で、みんなHAPPYに。

忘年会・新年会シーズン には3010運動を!

3010運動って、なあに?



幹事さんは、3010運動のお声かけをお願いします。

「食べのこし0応援店」に行ってみよう!

昨年12月からはじまった「食べのこし0応援店」 の登録は272店舗に! (令和元年11月15日現在)

「食べのこし0応援店」に登録しているお店は、『今日のあなたにちょうどいい量を』をコンセプトに、小盛りメニューやハーフメニュー、持ち帰りメニューなど、食品ロスの削減に取り組んでいるお店です。



新高円寺

「boulangerie ECLIN」
(ブランジェリーエクリン)



店長の本間さん(右)と
店員の西岡さん(左)

Q1 応援店に登録したのはなぜですか?

A1 普段からパンを捨てることはしないように、
ごみ減量を心掛けていたからです。

Q2 食品ロス削減のために、
行っている取組はありますか。

A2 食パンは少人数世帯の方向けに半斤で、サンド
イッチは、1種類ずつ小分けにして売ったり、
その他のパンや一番人気のバゲットも、お申し
出があれば半分に対応しています。

Q1 応援店に登録したのはなぜですか?

A1 食品ロス削減の取組の一環としてセブン・イレ
ブン店舗においても何かできないかと考え、応援
店に登録させていただきました。

Q2 食品ロス削減のために、セブン・イレブン全体で
行っている取組はありますか。

A2 商品の鮮度延長に取り組んでいます。例えば、弁当
やサラダ等、フレッシュフードの鮮度延長を図る
ことで、食品ロスの削減につなげています。

区内のセブン・イレブン全店舗(88店舗)
が食べのこし0応援店に参加!



本部社員の星野さん(左)と都立
西校前店副店長の木村さん(右)

食べきれ的分だけ買う、すぐ食べるときは賞味期限
が近いものから買う。買い方ひとつで食品ロスは
減らせます。

買い方で、
もったいない
をなくそう!

「食べのこし0応援店」
の登録については、
下記担当まで。

☎ ごみ減量対策課 管理係



少量パックの冷凍食品



チルド弁当 製法や容器を変更する
ことで、消費期限を延長し、おいしく
食べられるような工夫をしています。

食べきりレシピでおいしく、食品ロス削減!

みかんの皮で、
風邪予防!

みかんの皮ジャム



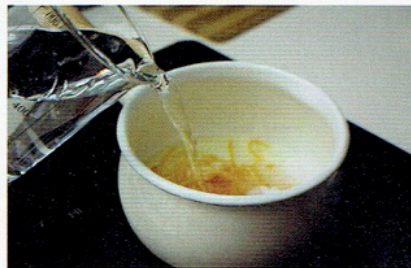
◀このレシピを
教えてくれたのは…

管理栄養士
沼津 りえ先生
区内で料理教室
「COOK会」主宰

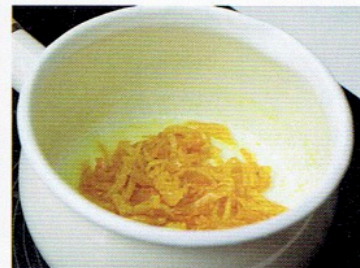
マーマレードより苦みが少なく、さわやかな味です!



⑥ 水を入れた鍋に④を入れ茹でこぼす(2回)。



⑥ ⑤にひたひたの水・砂糖を加える。



⑦ トロみがつくまで弱火で煮詰める。

材料

みかんの皮(3個分)、砂糖(大さじ3)



① みかんの皮をよく洗い、むく。



③ 白いところをスプーンなどでこそげとる。



④ 細く切る。

白菜を芯まで
おいしく
食べきる!

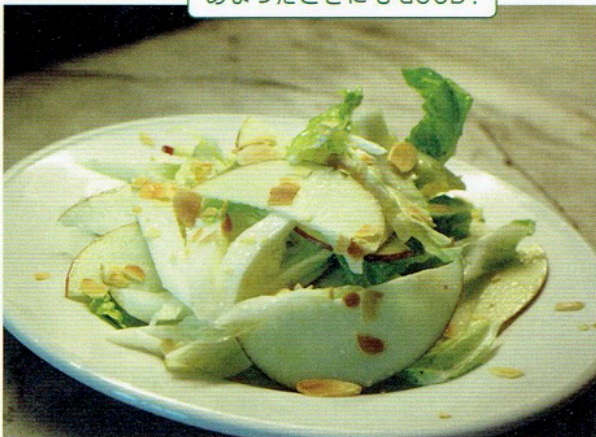
白菜と りんごの サラダ



◀このレシピを
教えてくれたのは…

食べのこしO応援店
イタリアン CÍCLO
チコロ
(西荻窪)
岡部 シェフ

鍋料理の白菜が少しだけあまったときにもGOOD!

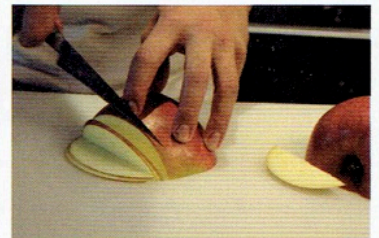


材料

白菜(100g)、りんご(40g)、マヨネーズ(大さじ3)、
塩(つまみ)、オリーブオイル(3g)、アーモンドスライス(お好みで)



① 白菜は葉に対し包丁を斜めにして一口ぐらいの大きさにカット。



② りんごは皮ごと薄くスライスする。



③ ボウルに白菜とりんごを入れ、塩とマヨネーズ、オリーブオイルを入れ、からめていく。



④ 最後にアーモンドスライスをちらす。

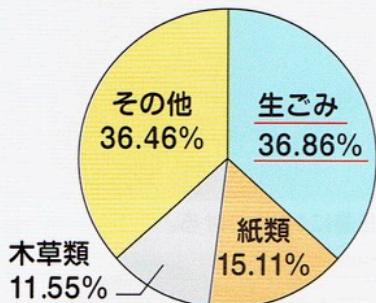
問) ごみ減量対策課 管理係

家庭ごみ排出状況調査を実施しました!

家庭ごみ排出状況調査とは…

杉並区で排出される家庭ごみ(可燃・不燃ごみ)の内容等を調査することです。今回は可燃ごみの調査結果(生ごみの割合)を報告します。

可燃ごみ中の生ごみの割合



前回調査(H27)との比較

平成27年度
43.90%
↓
令和元年度
36.86%
(-7.04%)



可燃ごみの約40%が生ごみなんだ!

前回と比較すると生ごみの割合は下がっていることがわかるね。生ごみを減らすことが可燃ごみの減量にもつながるんだね!

生ごみは一人ひとりの少しの工夫で減量が可能です

- ①生ごみの水切りをしよう!
- ②計画的な買い物で食べきりを!
- ③使い切れない未利用食品はフードドライブを利用しよう!

※フードドライブとは、家庭で使い切れない食品(未利用食品)を持ち寄り、福祉団体や施設などに寄付する活動です。(対象の食品には条件があります。詳しくは区ホームページで検索!)



今回の調査で出た未利用食品の一部(未開封のまま廃棄された食品)

問 ごみ減量対策課事業計画係

年末年始のごみ・資源収集のお知らせ

年末は12月30日(月)まで、年始は1月4日(土)から収集を行います。
※可燃ごみの収集日が、火曜日・金曜日地域の方は、1月5日(日)に可燃ごみの臨時収集を行います。

問 杉並清掃事務所・方南支所

粗大ごみの申し込み受け付けは、年末は12月28日(土)まで、年始は1月4日(土)からです。

申し込みは粗大ごみ受付センターへ

◆電話での申し込み
03-5296-5300 (午前8時~午後7時)

◆FAXでの申し込み(24時間受付)
03-5296-7001
(住所、氏名、日中の連絡先、FAX番号、申込品目名、大きさ、数量をご記入ください)

◆インターネットでの申し込み(24時間受付)
<https://sodai.tokyokankyo.or.jp/>



※ひとり暮らしの高齢者(65歳以上)や障害のある方のみの世帯で、運び出しが困難な場合は、管轄の清掃事務所までご相談ください。

問 杉並清掃事務所・方南支所