



ごみ減量で地球を守ろう!

東京港内の新海面処分場は、23区の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
主な記事

- ・ワンウェイ(使い捨て)プラスチックを減らそう
- ・電池の捨て方

発行日 令和2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

マイボトルからはじめる サステナブル※な生活



※「サステナブル」とは…「持続可能な」という意味です。

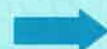
便利で身近なプラスチック。

一方で、今、大量のプラスチックごみが海へ流れ込み、世界的な問題となっています。

プラスチックごみの約半分が、ワンウェイ(使い捨て)プラです。

例えば、外出のときは、マイバッグに加えてマイボトルを持参する。不要なプラスチックスプーンやフォークを断るなど、自然環境に配慮した行動により、住み続けられるまちづくりを進めましょう。

未来の地球を守るため、今できることから始めてみませんか。



続きは
中面へ

今日から実践！ワンウェイ(使い捨て)プラスチックを減らそう

その1

出かけるときは、マイバッグを持参しよう



その2

マイボトルを持参しよう



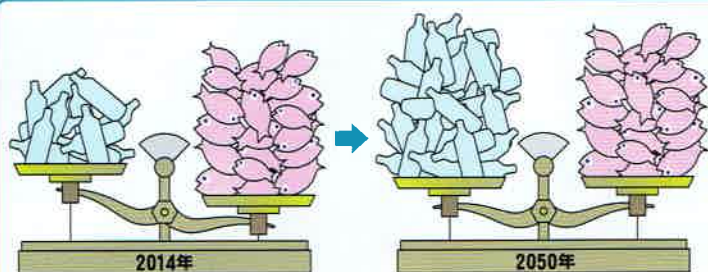
その3

不要なプラスチックスプーンやフォークはもらわない



このままでは、30年後には、海の中の魚の量よりプラスチックごみの量が多くなるかもしれない！

世界では、年間800万トンものプラスチックがごみとして海に流れ込んでいます…。



(参考 世界経済フォーラム報告書)

海のプラスチックごみはなぜ問題なの？

街中で捨てられたプラスチックごみが、川に流れ込み、やがて海にたどりつきます。

プラスチックは自然に分解されにくいいため、細くなったプラスチック(マイクロプラスチック)をえさと間違えて海の生き物が食べてしまうことも。

生き物が傷ついています！



その魚を人間が食べることで、人体への影響も懸念されています。

◀ 捨てられた漁網からまったウミガメ(環境省 平成29年度漂着ごみ対策総合検討業務より引用)

えさと間違えてしまいます！



ワンウェイプラの削減は、ごみの減量だけでなく、きれいな海や海の生き物を守り、地球温暖化の防止にもつながります。気軽にできることから始めてみませんか。

食材を無駄にしない!

野菜を皮ごと使って、おいしく食品ロスを減らそう

丸ごと一本
買った大根が
少しだけ余って
いるときに…

大根と くるみの クッキー



◀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



①大根を皮ごとすりおろす。



②ざるにあけ、軽く絞る。



③ボールに②と★、薄力粉、くるみの順に入れ良く混ぜる。



④ビニール袋に生地を入れ厚さ3~4mmになるようにのばす。



⑤好きな大きさにカットする。



⑥180℃で12分焼いて完成!



*材料分
大根おろし(約50g) *水気をとったもの
薄力粉(120g) くるみ(刻んだもの)(20g)
★[オリーブオイル(大さじ3) 砂糖(大さじ3)]



*材料分
人参(1本 約100g) 薄力粉(200g) 卵(1個)
グラニュー糖(50g) ベーキングパウダー(4g) 豆乳(75cc)
塩(ひとつまみ) レーズン(適量) [揚げ油(適量)]
＜仕上げ用＞ 粉砂糖またはグラニュー糖(適量)



①人参を皮ごとすりおろす。



②材料をボウルに全て入れ混ぜ合わせる。



③180℃の油に、スプーンで形を整えながら入れ、4~5分揚げる。仕上げに粉砂糖をふって完成!



人参も皮ごと
使い切って
おいしく食べきる

人参と 豆乳の カスターヨーレ (イタリア風揚げドーナツ)



◀このレシピを
教えてくれたのは…

食べのこしO店舗

イタリアン
イル ドージェ
[IL DOGE]
(高円寺南3-45-11)

金子 紀彦シェフ

あなたの「食べきりレシピ」大募集!

あなたの実践している「食べきりレシピ」を教えてください! 応募方法等の詳細は、区HPをご覧ください。

応募締め切り 1月5日(火)

区HP 食べきりレシピ

問 ごみ減量対策課管理係



抽選で15名に、
マイボトル(125ml)
をプレゼント!

よくある質問に、清掃職員が答えます！

私が答えます！

電池は種類によって捨てる方が違うの？



清掃職員 川上さん

電池は下図のように捨ててください!!
捨てる時は、電池の両極にテープ等を貼って、絶縁して出してください。
誤った捨て方をすると、火災につながることもあります。

	乾電池 リチウム一次電池	小型充電式(二次)電池	ボタン電池
種類	<p>ボタン電池よりも薄くてBRやCRの表示があるよ!</p> <p>コイン型 リチウム電池</p>	<p>ニッケル 水素電池</p> <p>ニカド電池 リチウムイオン電池</p> <p>リサイクルマークが目印!</p>	<p>SR、PR、LRの表示があるよ!</p>
集積所での回収	<p>不燃ごみへ</p> <p>※電極にテープを貼り絶縁してください。</p>	<p>できません</p>	<p>できません</p>
回収協力店での回収	<p>できません</p>	<p>●回収協力店に設置された「小型充電式電池リサイクルBOX」へ</p> <p>※回収協力店の場合は、「一般社団法人JBRC」HPで確認してください。</p> <p>●区役所西棟7階ごみ減量対策課、杉並清掃事務所、方南支所、高円寺車庫、環境活動推進センター(リサイクルひろば高井戸)でも回収</p>	<p>●回収協力店に設置された回収缶へ</p> <p>※回収協力店の場合は、「ボタン電池回収推進センター」HPで確認してください。</p> <p>☎0120-266-205 (平日午前9時～午後5時)</p>

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(水)まで、
年始は1月4日(月)から収集を行います。

※ごみ・資源は正しく分別し、収集日の朝8時までに集積所にお出してください。

問 杉並清掃事務所・方南支所

フードドライブ

～区内11施設で受付～



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附する活動です。

新規 西荻地域区民センターでも受付開始!



詳細は区HP **フードドライブ** 🔍



問 ごみ減量対策課事業計画係