

# 10月は「食品ロス削減月間」「3R推進月間」です！

## ●食品ロス・生ごみを学んで減らそう！

「食品ロス」とは、食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。青森県では毎日、1人あたりご飯茶碗一杯分以上の食品ロスが発生しています。食品ロスの主な発生原因は、家庭や外食での「食べ残し」や、小売店での「期限切れ」です。ぜひ、食品ロス削減に取り組みましょう！

### 削減行動のポイント

#### 食品ロス・生ごみを減らすには…

##### ●てまえどり

買い物のとき、すぐに食べるなら陳列棚の手前のものを選びましょう。

##### 「てまえどり!キャンペーン」(10/1～10/31)

対象店舗の「てまえどりキャンペーンシール」を集めて、青森県産米「はれわたりに」を当てちゃおう！詳細は、対象店舗で応募チラシをチェック！

##### ●3つの「きる」を実践しましょう。

- ・食材は使い「きる」
- ・料理は食べ「きる」
- ・生ごみは水気を「きる」

生ごみ(1人あたりの1日分) 約500g



しっかり水切りをする(50g減)  
※生ごみの70～80%は水分

##### ●3010(さんまるいちまる)運動

会食などでは、最初の30分と最後の10分は、自分の席で料理を食べる時間を設けましょう。

## ●3Rを学んで限りある資源を未来へつなごう！

「3R」は、ごみを限りなく減らすことでごみの焼却や埋立処理による環境への負担をできるだけ少なくし、さらに、限りある地球の資源の使用を減らすために、資源を有効的に繰り返し使う社会「循環型社会」を実現するために、重要なキーワードです。



#### リデュース

→ごみの発生、資源の消費をもとから減らすこと



#### リユース

→くり返し使うこと



#### リサイクル

→資源として再び利用すること

『リデュース』『リユース』『リサイクル』はどれも重要な行動ですが、ごみの発生、**資源の消費をもとから減らすリデュースが一番重要な**行動です。まずは「ごみになるものを買わない、もらわない」「長く使える製品を買う」行動を心がけましょう！

六日町老人クラブ百寿会が町民体育館脇で取り組んでいる、古紙などの資源物集団回収は、町民であれば、どなたでも搬入できます。マナーを守り、リサイクル活動に協力しましょう！  
◆利用時間 午前7時から午後6時(毎日)

## スマートフォン向けアプリ

# さんあ〜る<sup>®</sup>

## をご活用ください！

令和5年9月19日  
現在の利用者数

# 277人

アプリの便利な使い方はホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。



アプリのインストールはこちらから



▲ Apple Store



▲ Google Play

○この記事のお問合せ

三戸町役場 住民福祉課 ☎ 20-1151

○てまえどり!キャンペーンのお問合せ

やってみよう、てまえどり!キャンペーン事務局

(青森県環境生活部環境政策課 循環型社会推進グループ) ☎ 017-734-9249