

冷蔵庫の扉に、中身の一覧表!

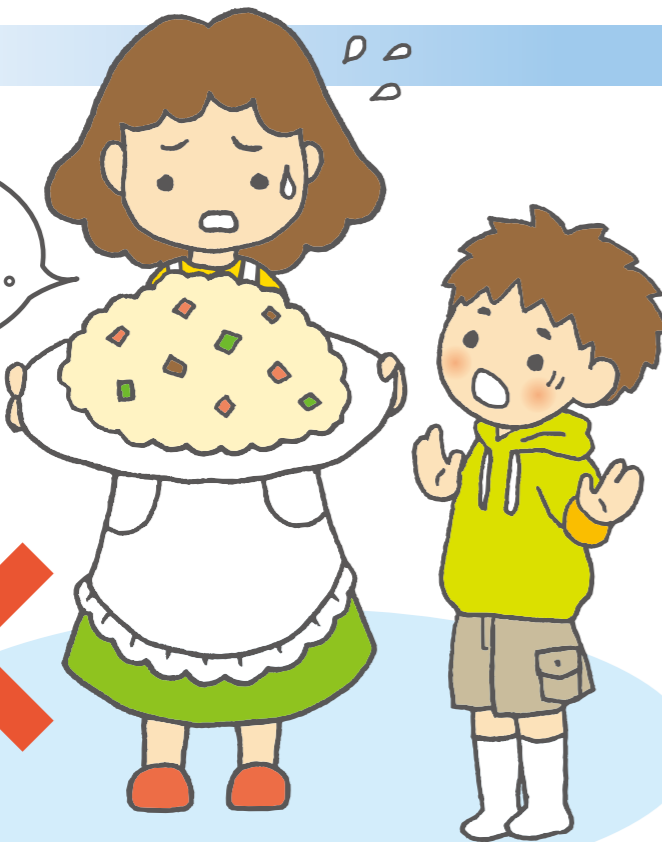
- にんじん 3本
- 大根 1本
- ナス 5本
- しめじ 1パック
- 豚肉 500g
- サバ 2尾



冷蔵庫の扉にメモを貼って書き込んでおくと、中身をいちいち気にしなくてもよくなります。
食品を買いすぎることもなく賞味期限切れでごみになることもありません。

食べ残さない!

作りすぎちゃった...

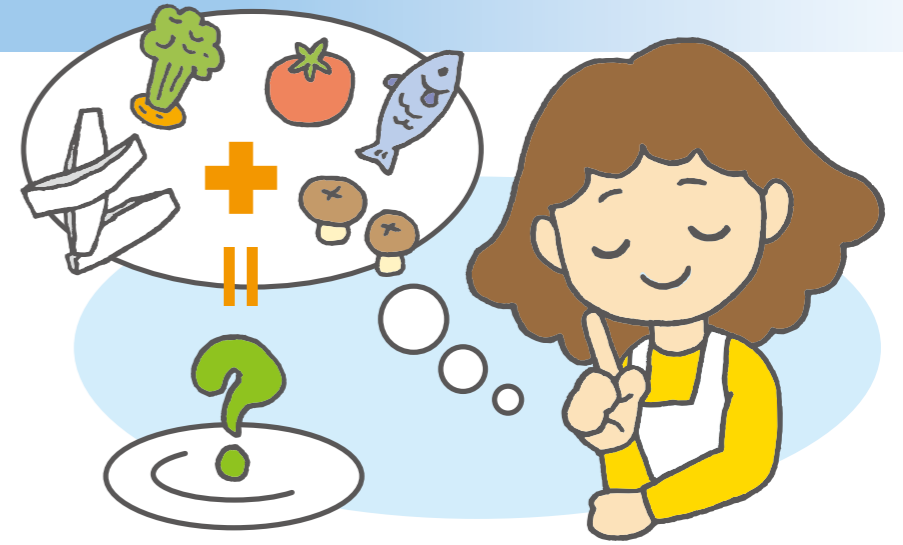


すごい量!

必要な分だけ作るように心がければ、食べ残しは少なくなります。
好き嫌いしないで残さず食べましょう。

使える食材は使い切る!

根野菜の皮や余ったご飯などは、別のメニューにチャレンジしてみましょう。残り物から意外な一品が誕生するかも!



水分をしっかり切りましょう!



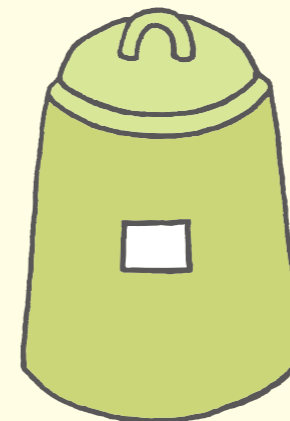
生ごみの水分をしっかり切れば、重さもグッと軽くなります。穴のあいた袋を手でつぶして水気をしっかり切ると、コンパクトになります。

ごみを賢く減らしましょう!! ② ごみ減量術【上級編】 ~生ごみを家庭でリサイクル~

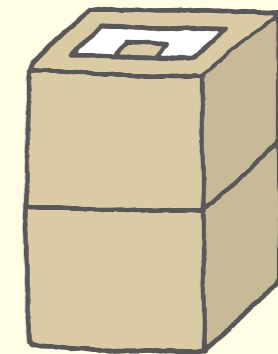
家庭から出るごみの約1/3は生ごみといわれています。生ごみ処理機やコンポストなどを使えば、その生ごみの量をかなり減らすことができただけでなく、家庭菜園に使える堆肥づくりも同時にできることから、利用している家庭が増えています。



【電動生ごみ処理機】



【コンポスト】



【手作りコンポスト】

自治体によっては、町ぐるみでの生ごみ処理への取り組みや、助成金制度を導入している場合もあるので、詳しくは最寄りの役場までお問い合わせください。また、購入される場合はホームセンターなどでも取り扱っています。利用される場合は、お住まいの自治体の条例に基づいて、正しく利用してください。