

01

可燃ごみ対策

3 切り運動

1

使い切り



効果

ごみの発生の抑制
資源循環を促進

使い切りチェックシート

- ☒ 使い切りレシピや使い切り週間を作っている
- ☒ 買い置きをしすぎず、ストック量を管理している
- ☒ シャンプーや洗剤を最後まで使い切っている
- ☒ 同じものを重複して買わないようにしている

2

食べ切り



効果

食品ロスを削減できる
生ごみの量を減らす

食べ切りチェックシート

- ☒ 食べられる量だけ作っている
- ☒ 食べられる量だけを注文している
- ☒ 賞味・消費期限を確認して買い物している
- ☒ 冷蔵庫の中の残り物を使っている

3

水切り



効果

ごみの発生を減らす
資源の有効活用

水切りチェックシート

- ☒ 三角コーナーやネットで水切りしている
- ☒ 排水口のネットをこまめに取り替えている
- ☒ 残り汁を紙に吸わせてから捨てている
- ☒ 食器の汚れは拭き取ってから洗っている

川俣町でも実施中

3 切り運動



フードドライブ

家庭にある賞味期限や消費期限の近い余っている食品を集めて、福祉施設や地域食堂などに届ける取り組みです。



水切り袋配布

町内で開催されるごみに関する講習会やイベントの際に自立式の水切り袋1セット(3枚入り)を配布しています。

生ごみ処理容器
購入補助金

生ごみ等の減量及び資源の再利用を目的として、生ごみ処理容器購入設置者に対して助成を行っています。
(詳細は11ページをご覧ください)

ごみの約9割を占める可燃ごみを減らすためには「使い切り」「食べ切り」「水切り」の3つをあわせた「3切り運動」が効果的です。

家庭で実践、毎日のちょっとした工夫で可燃ごみ対策 食のプロに聞いた「3 切り運動」のコツ

日々、生ごみなどが出ている飲食店でもあり福島県「食べ残しゼロ協力店・事業所」認定店でもある、
あじせん楓亭の料理長菅野卓哉さんに家庭でも実践できる「3 切り運動」について聞きました。



あじせん楓亭
料理長
菅野 卓哉 さん

ちょっとした手間で
最後まで美味しく

お客様に料理を提供するため野菜は綺麗な形で下処理します。そのためどうしても野菜の切れ端や余分な皮が出てきてしまいます。しかし、そういった野菜の切れ端を捨ててしまうのはもったいないため、うちのお店では、従業員のまかないや、小鉢、スープや出汁を取る際に使ったり、細かく刻んでつみれやあら汁などに具材として使用したりしています。そうやって最後まで余すところなく食材を使いきることで少しでも可燃ごみ減らすことを日々意識して調理に取り組んでいます。

また、お店公式ラインに登録していただいているお客様へ配信している日替わりクーポンで提供するミニ丼ぶりやデザートな

どにも、刺身などの生ものや賞味期限・消費期限が近い食材を使用しています。

お客様もお店も食材も
全員が喜ぶ持ち帰り

現在、本店では福島県が進める「もったいない！食べ残しゼロ推進運動」に協力し、「食べ残しゼロ協力店・事業所」として5年前から食品ロス削減に取り組んでいて、持ち帰りを希望のお客様には福島県から協力店に配布されたドギーバッグ（持ち帰り容器）をお渡ししています。お店としても料金をいただいているので、お出ししたものを残されてしまうのは心苦しいですし、お客様からも「もったいないんだけど、お腹いっぱいなんですよね」とお話をいただくので、私たちにとってもお客様にとっても、そして食材にとっても嬉しいことだと思っています。



◀実際にお渡ししている
ドギーバッグ



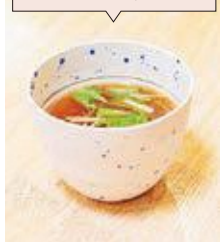
▶皮は細かく刻むことで
食感を楽しめる

従業員全員で
水切りを意識

シンクに集まった生ごみなどは手で絞って極力水を抜くことはもちろん、水分が多いものは古新聞紙やダンボールで水を吸収させてからごみに捨てています。水切りに関しては、何か特別なことに取り組むより日頃からの意識付けが大切だと思います。日頃から従業員の皆さんに声掛けをして、少しでも水分を減らしごみを減らせるように取り組んでいます。

あじせん楓亭料理長菅野さん考案 使い切りレシピ

たまねぎの皮 スープ



材料（2 人分）

たまねぎの皮…2 玉分
水菜…少量
コンソメ…大さじ 1
塩・こしょう…お好みで

作り方

1. たまねぎの皮を 30 分煮出す。
2. 煮出した汁にコンソメを入れる
3. 水菜を入れる

端材寄せ集め ハンバーグ



材料（5 人分）

だいこんの皮…1 本分
にんじんの皮…1 本分
れんこんの皮…1 節分
しいたけの茎…1 パック分
パンの耳…2 枚分
合挽き肉…500g

作り方

1. 皮や茎を刻んで合挽き肉と混ぜる
2. A を入れて粘りが出るまで混ぜる
3. フライパンを熱して、裏表を弱火で 8 分ずつ焼く

A
牛乳…100cc
水…100cc
たまご…1 個
醤油…少々
砂糖・塩・こしょう…お好みで

