



生ごみを減らしましょう！

家庭から出るごみの3割から4割は生ごみです。生ごみを減らすことは、ごみの重量が減少するほか、ごみの燃焼効率にもつながります。家庭でできる生ごみ減量方法を知り、この機会に是非、取り組んで見ましょう！

以下、生ごみ減量方法の一部をご紹介します。

1. 食品ロスをなくす

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことです。日本の食品ロスの量は年間約523万トン(令和3年度)にもなります。食品ロスをなくすためにはこんな方法があります。

- ・必要な食材を必要な分だけ買う
- ・買った食材を残さず使う(消費期限・賞味期限の確認など)
- ・残さず食べる

他にもありますが、どれもすぐに実践できてやさしい方法ばかりです。



2. 水分を切る

生ごみの約8割は水分だと言われています。「ごみの分け方・出し方ガイドブック」でも生ごみは「なるべく水を切ってください」とお願いしています。生ごみをきちんと水切りすることで約10%ごみを減量できることや、腐敗や悪臭の防止にもつながります！また、水分量を減らすことでごみが燃えやすくなり、燃やすときに使用するエネルギーを減らすことができます。

水切り器や水切りネット等の活用、野菜や果物の皮等を乾燥させるなど少しの工夫で水分を減らすことができますので実践してみてください。



3. コンポストの利用

生ごみを再利用する方法としてコンポストの利用があります。

コンポストとは微生物の働きを活用して生ごみを発酵・分解させ堆肥にするものです。

コンポストには「設置型」「回転式」「密閉型」「バッグ型」など様々な種類がありますが、中でも「段ボール型」は安価で簡単に始めやすいです。わざわざ容器を買わなくても、ご自宅で余った段ボールで作ることができます。

コンポストの利用は生ごみの削減になるため、ごみ出しの手間が掛からないことや、ごみ袋などの節約にも繋がります。また、生ごみを堆肥にして利用することで循環が生まれ、環境にも優しい取り組みです。

裏面に作り方と使い方を載せてるよ！



生ごみを減らすために、家庭でできることから始めてみましょう！

段ボールコンポストの作り方

用意するもの



・段ボール箱
(みかん箱程度)



・底に敷く段ボール板



・ピートモス 9L



・くん炭 6L



・布



・温度計



・段ボールを置く台
(網目状のかごなど)



・スコップ

作り方

1.虫の侵入を防ぐために段ボール箱のすき間をガムテープで塞ぐ。



2.底が抜けないように、箱の底に別の段ボール板を敷き、補強する。



3.ピートモス9L とくん炭6L を箱の中に入れて、よく混ぜる。

※ピートモスとくん炭の割合は 3:2 がベスト！



4.風通しがよく、雨がかからない場所で、台の上などに載せて置く
☆湿気がこもらないようにするのがポイント



使い方

1.水気を切った生ごみを入れ、スコップでよくかき混ぜる。

※1日の投入量は500グラム程度で腐ったものは入れない

※生ごみは切るなど、小さくすることで分解が早くなる。



2.温度計を中に入れて、布で上から蓋をする。

3.1~2までの作業を湿度や水気に気を付けながら 3 カ月程度行う。

※開始から2週間ほど経って、温度が20度から60度に上がれば分解が始まった合図



4.生ごみの投入を止めて2,3日置きにかき混ぜ、1 カ月かけて熟成させる。水気がなくなり、サラサラになったら肥料の出来上がり！

