

# 令和5年度「ごみゼロやまがた県民運動」

本県の「1人1日当たりのごみ排出量（R3）」は904gで、少ない方から全国20位です。（1位：京都府 775g）  
 全国一ごみの少ない県を目指し、1人1日当たり100gのごみを減らすよう、各家庭で取り組みましょう。

約100gは、例えば…

- ・キャベツ(大)の葉2枚
- ・きゅうり1本 など



## 1 おいしく残さず食べきりで、食品ロスゼロ！



県ホームページ  
「食品ロス削減」

家庭から毎日1人当たりお茶碗約半分の量が発生しています。  
 食品ロスを減らすには、食べ物を大切にしたい本来の気持ちに立ち返ることが大切です。

### 買うときは

- ▶ 冷蔵庫や食品庫をチェックし、必要な分だけ購入
- ▶ すぐ食べるときは商品棚の手前の商品から取る「てまえどり」



### おうちでは

- ▶ 残っている食材から優先利用
- ▶ 期限表示をチェック  
 ※賞味期限はおいしく食べることでできる期限。少し過ぎても、すぐに食べられなくなるわけではありません。  
 ⇒すぐには捨てないで、においなどで食べられるか確認しましょう。
- ▶ 消費期限は過ぎたら食べない方がよい期限。期限内に食べきりましょう。
- ▶ 残った料理は、環境にやさしい料理レシピを参考にアレンジ ※レシピは県のHPで！
- ▶ 余った食品は、フードバンクなどへ寄付して、食べ物に困っている方へおすそ分け



### 外食時は

- ▶ 食品ロス削減等に取り組む「もったいない山形協力店」を積極的に利用 ※お店は県のHPで！
- ▶ 飲食店では、適量注文でおいしく食べきり、食べきれなかった料理はお店に相談して持ち帰り

## 2 プラごみゼロで、美しい河川・海岸を！



県ホームページ  
「プラスチック  
ごみ削減」

- ▶ マイバッグ持参で、レジ袋の利用を辞退
- ▶ 不要なスプーン、ストロー等の使い捨てプラスチック製品は辞退
- ▶ 洗剤やシャンプー等は、詰め替えできる商品を利用
- ▶ 水筒やマイボトル等を積極的に活用



## 3 分別徹底で、リサイクル推進！



県ホームページ  
「リサイクル推進」

- ▶ 雑誌・新聞、段ボール、雑紙などを適切に分別しリサイクル
- ▶ テイクアウト容器は軽く洗って分別 ▶ 小型家電も大切な資源、しっかり分別  
 ※お住まいの市町村の分別・回収方法を確認！
- ▶ 町内会や子供会などの資源回収を積極的に利用
- ▶ 衣類等もリユース・リサイクルでファッションロス削減
- ▶ 牛乳パック、食品トレイ、ペットボトル、古紙などをスーパー等の店頭回収へ  
 ※事前に、お店のルール（回収品、注意点等）を確認！

