



SDGsの実現に  
向けて取組もう!

# SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



## challenge! **水きり** アクション

生ごみの  
約80パーセント  
は「水分」です。

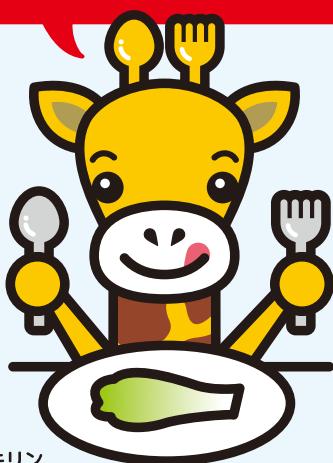
生ごみは水分を  
よくきってから  
出しましょう。

ごみ集積場の  
衛生環境を保ち、  
ごみ収集車の汚れを  
防止します。

家庭ごみを  
減らすことで  
温室効果ガスの  
削減にも  
つながります。

## おいしいとやま 食べきり運動 **たペキリン**

おいしく食べきりだよ!



◎この運動に関するお問い合わせは 富山市環境センター管理課 TEL.076-429-5017 富山市消費生活センター TEL.076-443-2123



## 食べきりアクション

### 食材の適量購入、 適量調理の心がけを!



- ばら売りなどをを利用して必要な分だけ購入しましょう。
- 冷蔵庫をこまめに確認し、使わないで捨てる食材をなくしましょう。

### 食べきれない場合は 事前にお店の人伝え!



家族や友人と外で食べることは楽しみの一つ！でも、予想外にお料理のボリュームがあつて食べきれない場合もありますよね。そんな時は、「小盛りにしてください。」食べられない食材があるときは、「○○を入れないでください。」とお店の人へ一声かけてみましょう。

### 宴会の席で 幹事さんもひと工夫！



- 宴会の席では、開始後20分、終了前10分など、席をたたずにしっかり食べる時間を作りましょう。
- 幹事さんや司会者の方は、宴會中に「食べ残さないように」と声かけをしましょう。

### 食材を再調理する！



いつも捨てていた大根の葉はお味噌汁や漬物に、ニンジンの葉は天ぷらにすれば、食材をまるまる使い切ることができます！また、肉じゃがが残ったらコロッケに、野菜炒めはカレー粉で味を変えたりオムレツの具材にしたりなど、ちょっとの工夫で、1品が2度たのしめます。