リサちゃんニュース

特集 Vol.31

『食品ロスをなくそう！』

～10月は「食品ロス削減月間」です～

長崎市リサイクル
イメージキャラクター

「ハローリサちゃん」

食品ロスとは？

「食品ロス」とは、まだ食べられるにもかかわらず捨てられている食品のことです。
　日本では、年間約640万トンの食品ロスが発生しており、中には手付かずの状態で捨てられているものもあります。

食品ロスの約半分は家庭から

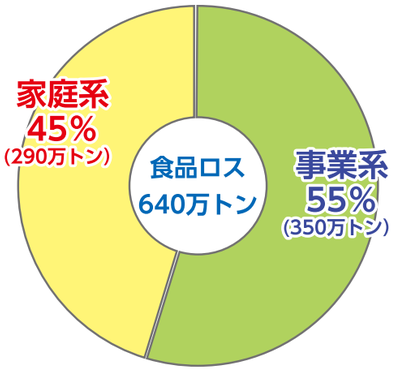
食品ロスを減らすためには、家庭での取組みが必要です。

ごみ減量の
プロフェッショナル

「ゲンさん」

毎日1人当たり茶碗1杯分（約140g）の食べ物を捨てている計算になります！

【食品ロスの内訳】



今日から実践！ 食品ロスの削減に取り組もう！

①「食べきる」

食べきれる量を作る

▶体調や健康、家族の予定を把握し、必要な分だけ料理を作る

食材を上手に食べきる

▶定期的に冷蔵庫や収納庫を整理する日を決める
（例：毎月●日はあるものでお好み焼きデー）

②「使いきる」

食材を上手に使いきる

▶残っている食材から使う
▶作り過ぎて残った料理は、リメイクレシピなどを活用して工夫する

クックパット消費者庁のキッチン
リメイクや食材を使いきるレシピを参考にしてみましょう。詳しくはQRコードへ

適切に保存する

▶食品に記載された保存方法に従って保存する
▶野菜は、冷凍・乾燥などで下処理し、ストックする

③「買い過ぎない」

買物前に、食材をチェック

買物前に、冷蔵庫や食品庫にある食材の消費・賞味期限を確認する
▶メモ書きや携帯・スマホで撮影し、買物時の参考にする。

必要な分だけ買う

使う分・食べられる量だけ買う
▶まとめ買いを避け、必要な分だけ買って、食べきる

食品ロスをなくし、おいしく楽しく食べきろう!!

「フードドライブ」にご協力をお願いいたします！

「フードドライブ」とは、家庭で余っている食品を、地域や関係団体などが窓口となって一時的に預かり、それらをまとめてフードバンク団体に提供する活動です。

10月30日は「食品ロス削減の日」

10月30日(10:00～16:00)に、**市役所本館1階(総合案内所横)**においてフードドライブを実施します。家庭で余っている「もったいない食品」がありましたら、ぜひご提供ください！

ご協力いただきたい食品

・お米(1合だけでも大歓迎です)
・粉ミルク、離乳食、お菓子
・缶詰、レトルト食品、インスタント食品
・パスタ、素麺等の乾麺
・のり、お茶漬け、ふりかけ
・調味料（しょうゆ、食用油等）

皆様から提供された食品は、フードバンク活動を行う団体を通じて、食べ物を必要とする方や地域の福祉施設などに提供されています。

ご注意ください！以下の食品はお受けできません。

・賞味期限が明記されていない食品
・賞味期限が1か月を切っている食品
・開封されているもの（食べかけ）
・賞味期限が切れている食品
・生鮮食品(生肉・魚介類・生野菜)

フードドライブを実施しています！

次の場所でもフードドライブを実施しており、皆様からの食品の提供を受付けています。

受付場所	曜日・時間
市役所廃棄物対策課 長崎市桜町2番22号(別館4階) TEL:095-829-1159	月曜日～金曜日（祝日を除く） 午前8時45分～午後5時30分
サステナプラザながさき 長崎市万才町10番16号パーキング川上2階 TEL:095-895-5541	火曜日～土曜日午前10時00分～午後6時00分 日曜日午前11時00分～午後4時00分 ※月曜日・祝日は休館

サステナプラザながさき

施設見学学習の小学生感想文のコーナー

東工場を見学した、三原小学校４年生
後（うしろ）　来未（くるみ）さんの感想文を紹介します。

←プラスチック製容器包装の選別施設の様子です。手作業で間違ったものを取り除いています。

後さんが書いているとおり、プラスチック製容器包装の袋には電池などの発火するもの、切れるもの、ささるものを入れると大変危険です！分別を確認しましょう。

リサちゃん・ゲンさんのクイズコーナー

Q.○に入る言葉を答えてね
食品を地域や関係団体などが集めてそれらをフードバンク団体に提供する取り組みは？
「こたえ」フード○○○○

正解者の中から抽選で20名様に図書カードを差し上げます。

(応募要領)
官製はがきに、①クイズの「こたえ」②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号を書いて、廃棄物対策課までご応募ください。

63円
850-8685
長崎市役所
廃棄物対策課
「リサちゃん・ゲンさんのクイズコーナー」係

①クイズの答え
②郵便番号
③住所
④氏名
⑤年齢
⑥電話番号

市役所の住所は書かなくていいよ！

(締切)令和元年11月5日(火)必着
※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

長崎市の詳細版 ごみの分け方 10

■ごみの分別や出し方のお問合わせ先
長崎市役所 ☎822-8888(代表)
または、環境部廃棄物対策課(直通)829-1159
※ごみステーションの場所や収集曜日などご不明な点は、右記QRコードへ

●ごみは指定のごみ袋で、朝8時までに出しましょう。ごみの減量と正しい分別にご協力ください。

あなたの地区の曜日を書き入れましょう。一度に出せるごみは、一種類につき三袋までです。

収集日 週二回 □・□ 曜日

① 燃やせるごみ

長崎市指定(家庭用) 燃やせるごみ

- **生ごみ**: 水切りを十分に! ●よく水を切る ●新聞紙などの紙に包んで
- **使い古しの油**: 紙や布にしみ込ませて
- **衣類・毛布・布団(小)等綿製品**(袋に入るもの): 衣類等のうち、下記「拠点回収する古着」については、回収後、リサイクルしていますので、ご協力をお願いします。
- **紙おむつ等衛生用品**: 汚物はトイレに流して
- **木・竹切れ**: 1m以内に折って40cm程度を超えないように束ねて
- **プラスチック製品**(袋に入るもの): ●収納ケース ●歯ブラシ ●バケツ ●ハンガー ●クリアファイル ●CD・DVD・ビデオテープ・カセットテープなど ●中身を使うとすぐ捨ててしまう容器や包装類は「プラスチック製容器包装」へ ●金属部分は取り外して
- **ゴム・革製品**: 金属部分は取り外して

収集日 週一回 □ 曜日

週の最初のごみ出し曜日に収集します。

古紙 種類ごとにひもでしばって出してください

- **新聞・折込チラシ** ②
- **本・雑誌・紙パック・雑がみ(紙箱・紙袋・包装紙など)** ③
- **段ボール** ④

●名刺大以上の紙・紙箱・紙袋・包装紙などの「雑がみ(ざつがみ)※」は、本・雑誌の間に挟む。
※平成30年5月から、紙袋の中に入れてひもでしばるか、無色透明の袋に入れて出すこともできます。
●写真・カーボン紙・レシートなどは「燃やせるごみ」へ
●紙パックは開いて中を洗って乾かしてください

収集日 週一回 □ 曜日

⑤ 燃やせないごみ

長崎市指定(家庭用) 燃やせないごみ

- **スプレー缶 カセットボンベ**: 中身・ガスを使い切り、穴開けはしないで。燃やせないごみ袋に、スプレー缶・カセットボンベだけを入れて。
- **金属類**(鍋釜やかん・フライパン以外)
- **ライター**: ガスは使い切って
- **かみそり・針等の刃物**
- **ガラス類**(びん以外のもの)
- **陶磁器類**
- **割れてしまった蛍光管**

新聞紙などで包み指定袋に「刃物危険」や「割れもの危険」と表示してください。

- **在宅医療に伴う医療系廃棄物**(非鋭利なもの): 注射針など鋭利なものは出せません。
- **特殊な加工びん等**(消毒剤が入っていたびんなど): 飲料用びん、化粧びんは資源ごみです。
- **小型家電製品**: ●掃除機 ●トースター ●ビデオデッキ ●ラジカセ ●炊飯器(内釜は資源ごみ) ●扇風機 ●アイロン ●プリンターなど
  小型家電製品のうち、下記「拠点回収をする小型家電」については、回収後、リサイクルしていますので、ご協力をお願いします。
- **その他**: ●傘 ●電球 ●白熱電球 ●LED電球など
  長い傘など袋に入りきれないものは、はみ出して結構です(1m以上のものは粗大ごみへ申し込んでください)

注意点
・スプレー缶・カセットボンベは、中身・ガスを必ず使い切ってから、穴開けはしないで出してください。中身・ガスを出す作業は、火の気のない風通しの良い屋外で行ってください。
・燃やせないごみの日に、その他の燃やせないごみとは袋を分けて、スプレー缶・カセットボンベだけを入れて出してください。

⑥ プラスチック製容器包装

長崎市指定(家庭用) プラスチック製容器包装

※収集後、リサイクルされますので、正しい分別にご協力ください。
※中身を使うとすぐ捨ててしまうプラスチック製の容器や包装類

目印は プラ このマークです

- **食品用トレー・卵パック**
- **チューブ類**: 汚れが落とせないものは「燃やせるごみ」へ出してください。
- **菓子袋・米袋**
- **ヨーグルト・プリン等の容器**
- **ラップ類**
- **発泡スチロール**: 大きいものは砕いて
- **緩衝材**(果物用)
- **シャンプー等のボトル・洗剤容器**: キャップ、ノズルは外して入れてください。
- **薬(カプセル剤など)の容器**
- **ペットボトルなどのふた**
- **油(サラダ油など)の容器**
- **レジ袋**: 袋の中にはほかのごみを入れないでください。
- **ペットボトルのラベル**

注意点
①正しく分別する
プラマークを確認してください。
②汚れを取る
汚れているものは、軽く水洗いするかふきとってください。
③袋を二重にしない
レジ袋の中には何もいれずに商品ごとにばらして出してください。

⑦ 資源ごみ

長崎市指定(家庭用) 資源ごみ

- **空きかん**: ●ジュース ●ビール ●缶詰 ●菓子 ●サラダ油 ●海苔 ●かんのふた(金属)
- **空きびん**: ●ジュース ●調味料 ●酒 ●ドリンク剤 ●サラダ油 ●飲み薬 ●化粧びん ●びんのふた(金属)など
- **金属製の鍋・釜・やかん・フライパン**
- **ペットボトル**: ふたとラベルははずす / 目印は PET このマークです
  ●ジュース ●ミネラルウォーター ●醤油 ●酒 ●みりん ●醤油加工品(めんつゆなど) ●調味料など

注意点
①中をすすいでください。
②プラスチック製のふたはプラスチック製容器包装へ。金属製のふたは本体からはずして資源ごみへ出してください。
③ドレッシングびん等の口のプラスチックがとれない場合は、そのままで結構です。
④薬品や塗料の容器として家庭で再利用したものは資源ごみには出せません。びん・かんは燃やせないごみへ、ペットボトルは燃やせるごみへ出してください。

随時

⑨ 筒型乾電池及びボタン電池

電池入れはごみステーションにあります。充電式の電池は入れることができません。
●電池以外は入れないでください。
●ボタン電池は必ずセロハンテープで絶縁してください。

⑧ 蛍光管

燃やせないごみの日に収集します
買った時の紙包みに入れて、蛍光管入れか電池入れのそばに置く。割れたものは「燃やせないごみ」へ。
※白熱電球・LED電球は燃やせないごみへ

⑩ 粗大ごみ

事前に電話での申し込みが必要です。
申込受付:月曜から金曜の午前8時から午後4時15分まで

有料
●タンス ●クローゼット ●鏡台 ●本棚 ●石油ストーブ ●ベッド ●ファンヒーター ●マットレス ●ミシン ●自転車 ●電子レンジ ●布団(指定ごみ袋に入らないもの) ●ガスレンジ ●卓上コンロ ●パソコン など (1回の回収では2個が限度です)

1つあたりの手数料
★長さ1m以下かつ重さ30kg以下……523円
★長さ1m超2m未満又は30kg超60kg未満……1,047円
※ステッカーを金融機関(銀行・郵便局等)で購入していただきます。
※ご自宅の玄関まで取りに伺います。
※2m以上のもの又は60kg以上のものは収集できません。自分で処理場に搬入するか、専門の業者に依頼してください。
※事業所から出される粗大ごみは収集できません。
※自分で処理場に搬入することもできます。

申し込み先
■旧長崎市:クリーンながさき ☎844-4599
■香焼地区:ひかり運送 ☎850-2270
■伊王島地区:福島清掃 ☎848-9645
■高島地区:西部建設 ☎896-2050
■野母崎地区:野母崎振興公社 ☎834-8200
■外海地区:クリーン外海 ☎0959-24-0144
■池島地区:三井松島リソーシス ☎0959-26-0333
■三和地区:森田清掃 ☎892-2350
■琴海地区:琴海環境保全 ☎885-2035

■資源物拠点回収(小型家電・古着のリサイクル)

次の品目はリユースやリサイクルを行うため、市役所本館1階や地域センター等に回収ボックスを設置し、拠点回収を行っています。

●小型家電 ※回収ボックスの投入口(25cm×10cm)に入るものを出してください。個人情報は必ず消去してください。
※ご家庭で使用されたものに限ります。
※乾電池やボタン電池は取り外してください(携帯電話やビデオカメラなどのバッテリー・電池パックは可)。
※家電4品目(洗濯機・衣類乾燥機、液晶・プラズマ・ブラウン管テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、エアコン)は対象外です。
●古着
※汚れがひどいもの、靴下、ストッキング、下着、じゅうたんなどは回収できません。
※袋などに入れ、まとめて出してください。また、大量にある場合は、数回に分けて出してください。

(目立つところに掲示してください。)

■水銀体温計等

長崎市役所、地域センターで回収を行っています。(無料)

■スプレー缶・カセットボンベ・ライターの拠点回収

スプレー缶やカセットボンベの中身・ガスを使い切れない場合、または、指定ごみ袋に溜まるほどの量はないが、数本のスプレー缶やカセットボンベを排出したい場合は、各地域センターや廃棄物対策課、環境センターにおいて拠点回収を行っています。
また、使い切れないライターについても回収しています。
お近くの地域センターの窓口に直接ご持参ください。

■パソコン

それぞれのメーカーに連絡して、引き取りを依頼してください。小型家電の回収ボックスに投入する(投入口に入る大きさのものに限ります)、粗大ごみとして左記の業者に申し込む、または自分で処理場に搬入することもできます。

※購入時に一緒に入っていたマウスやキーボードを含みます。プリンター等の周辺機器は除きます。
※一般社団法人パソコン3R推進協会(☎03-5282-7685)に申し込むこともできます(メーカーが倒産などで無い場合や自作のパソコンに限ります)。

■市では収集しないごみ

- **●産業廃棄物** 事業活動に伴って生じた廃棄物のうち、法に定める20品目
  ➡ 専門の処理業者に依頼してください。
- **●処理困難物** 消火器・農薬・感染性医療廃棄物(注射針など)・油や塗料・バッテリー・小型充電式電池・自動車・バイク・タイヤ(自動車・バイク用)・ボンベなど
  ➡ 購入したお店、又は、専門の処理業者に依頼してください。
- **●多量のごみ** 引越しごみなど、一度に多量に出るごみは収集できません。自分で処理場に搬入するか、専門の業者に依頼してください。
  ➡ 処理場に搬入する場合は、市役所か、お近くの地域センターで「搬入券」の交付を受けてください。
- **●家電4品目** 洗濯機・衣類乾燥機、液晶・プラズマ・ブラウン管テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、エアコン(家電リサイクル法が適用されます。)
  ➡ 購入したお店か買い替えるお店にご相談ください。

引取り先 九州産交運輸㈱長崎センター ☎095-837-8552

令和元年10月から ごみの分け方 長崎市 検索 ※ごみステーションの場所や収集曜日など、ご不明な点は、市のホームページ(http://www.city.nagasaki.lg.jp/)をご覧になるか、お電話でお問い合わせください。