

# 生ごみ減量で エコかわいい生活

人が生活するうえで必ず出る「ごみ」。

町はこれらのごみを処理するのに多額の費用を使っています。

家庭から出るごみで、特に厄介なのが野菜くずや食べ残しなどの「生ごみ」です。

水分を多く含む生ごみは燃えにくく、多くの燃料を必要とします。

つまり、生ごみを減らせば、処理経費を減らすことができるだけでなく、  
環境にもやさしいのです。

皆さんにとって身近な「生ごみ」の減量で、  
「エコかわいい生活」を提案します。



野菜の根元や芯など、普段は捨ててしまう部分から再生栽培し、再収穫できる「キッチン菜園」。エコかわいいごみ減量術です。

# あなたは生ごみについて どれだけ知っていますか？

人が生活する上で切っても切り離せない「ごみ」。  
ごみについて意外と知らなかったり、  
昔覚えたままの情報更新されていなかったりするかもしれません。  
まずは「松前町のごみの今」を知る、ごみクイズから始めてみましょう。

**Q1** 今、松前町の家庭では1人1日どれくらいのごみを出している？

- ① 150グラム
- ② 300グラム
- ③ 450グラム

**Q2** 松前町全体で、可燃ごみを処理するのに1年間でいくらかかる？

- ① 3000万円
- ② 5000万円
- ③ 1億円

**Q3** 1番多いのはどんなごみ？

- ① 可燃ごみ
- ② 資源ごみ
- ③ 埋立・粗大ごみ

**Q4** 可燃ごみ指定袋(大)1枚当たりの値段は？

- ① 10円
- ② 20円
- ③ 40円

**Q5** 可燃ごみのうち生ごみが占める割合は？

- ① 12%
- ② 19%
- ③ 41%

**Q6** 生ごみに含まれる水分は何%？

- ① 20%
- ② 50%
- ③ 80%

**Q7** ごみ減量の3R<sup>アール</sup>。大切な順は？

- ① リデュース(発生抑制)
- ② リユース(再利用)
- ③ リサイクル(再利用)

**Q8** 可燃ごみで収集しているものを全て選んでください。

- ① 貝殻
- ② 菓子の空き箱
- ③ ヨーグルトの紙製容器
- ④ 庭で集めた枯葉

**Q9** 1人1日50グラム(たまご1個程度)の可燃ごみを減らすと、松前町は1年間でいくらか節約できる？

- ① 400万円
- ② 800万円
- ③ 1200万円

**A1** ③ 450グラム

平成21年度に松前町の家庭から出た可燃ごみの量は5,108トン。これを人口(31,400人)で計算して1人1日当たりすると約450グラムになります。

**A2** ③ 1億円

町内の家庭から出された可燃ごみは、伊予市にある「伊予地区清掃センター」で焼却処分されています。21年度は約1億353万円もの経費がかかりました。

**A3** ① 可燃ごみ

町はごみの資源化を進めています。それでも1番多いのは可燃ごみ。21年度は5,108トンありました。資源ごみは2,526トン、埋立・粗大ごみは451トンとなっています。

**A4** ③ 40円

可燃ごみ減量の1つの手段として、町は平成18年10月から指定ごみ袋を導入しました。ちなみに、(小)は1枚当たり20円、(中)は30円です。

**A5** ① 12%

可燃ごみのうち生ごみは約1割の12%でした。②の19%はプラスチック・ゴム類、③の41%は紙・布類です。ほかは木・竹・ワラ類18%、不燃物0.3%、残りはその他でした。

**A6** ② 50%

21年度、伊予地区清掃センターで処理された生ごみの成分は、水分48.2%、可燃物44.6%、灰分7.2%でした。水分が多く残っていると、燃えにくいので処理に余計な経費がかかります。

**A7** ①②③

リサイクルするにはもう一度使える状態にするためにエネルギーや資源が必要。ごみを燃やすことは環境に負荷がかかり、3Rの中ではごみを出さないリデュースが1番大切。次はリユース、リサイクルの順に環境への影響が少ないとされています。

**A8** ①③

菓子の空き箱は紙類(うち雑誌類)で資源ごみ。ヨーグルトやアイスクリームの紙製容器はリサイクルできないので可燃ごみ。庭で集めた枯葉はせんてい枝です。土壌改良材や堆肥に利用されます。

**A9** ③ 1,200万円

50g × 31,400人 × 365日 = 573トン。このごみの量を収集運搬する経費と焼却処分する経費を考えると、町全体で、年間約1,200万円節約できます。

可燃ごみ減量化のために指定袋が導入されてから4年。可燃ごみは少しずつ減ってきていますが、町の可燃ごみ処理は大きな問題を抱えています。それは、ごみの水分量の多さです。

平成21年度に伊予地区清掃センターに搬入された生ごみの成分を見ると、水分48.2%、可燃分44.6%、灰分7.2%。つまり生ごみの半分は水分でした。水分が多いと必然的にごみが重くなり、また、処理場で焼却処分する際には燃えにくくなり、余計な燃料と費用を使わなければなりません。

つまり、この生ごみを減らせば、私たちはもっと可燃ごみを減らすことができ、焼却処分にかかる燃料と費用を減らすことができます。

ごみは無料で処分されているわけではありません。「ごみを処理するのにお金を使う」。なん

## ごみは無料で処分されているではありません 「生ごみ」をターゲットにあと一歩ごみ減量にチャレンジ

だか損した気がしませんか？  
「町がお金を出さず別に…」いえ、そのお金は皆さんの税金です。ごみを減らせば私たちのその分、教育や医療など、他の面で新たなサービスを受けることができます。かもしれない。

例えば、1人1日50グラム(たまご1個分)ごみを減らせば、松前町全体では年間約573トン、ごみ収集車280台分のごみを減らすことができます。573トン減らせたなら、1200万円の経費を節約することができます。1200万円あれば、町の人口の10分の1にあたる約3000人が、インフルエンザの予防接種を受けることができます。

私たち一人一人にできることは、少しでもごみを減らすこと。「生ごみ」をターゲットにして、あともう一歩ごみ減量にチャレンジしましょう。





# しぼる・乾かす

生ごみ減量化の基本は「水切り」です。生ごみの約半分は水分だからです。まずは基本の「しぼる」と「乾かす」を確認。

# 使い切る



毎日食べている野菜などの芯や皮、何気なく捨ててしまっていないですか？  
そもそも食材を使い切れれば、生ごみを作らずにすみますよね。  
余った食材で作る「エコクッキング」で、生ごみ減量への近道「使い切る」をマスター。

## キャベツのとろとろスープ

### ■材料 (4~6人分)

- キャベツ ……200g
- じゃがいも ……1個
- バター ……20g
- A [ チキンブイヨン…4カップ
- ローリエ ……1枚
- 牛乳 ……1カップ
- 塩 ……小さじ1/2
- こしょう ……少々
- パセリ ……適量

### ■作り方

- ① キャベツは芯も、ジャガイモは皮ごと千切りにする。
- ② 鍋にバターを入れ、①をしんなりするまでよく炒め、Aを加え、ふたをして15~20分煮る。
- ③ ②のあら熱をとり、ミキサーにかけて鍋に入れ、牛乳を加える。ひと煮たちしたら、塩・こしょうで味を整える。



## 昆布の佃煮

### ■材料

- だしをとった後の昆布 ……40g
- 水 ……100cc
- しょうゆ ……大さじ4
- 酒 ……大さじ2
- みりん ……大さじ2
- A [ 砂糖 ……大さじ2
- 炒りごま (白) ……少々

### ■作り方

- ① 昆布は3ミリ幅の千切りにする。
- ② 鍋に①と水、Aを入れて弱火にかけゆっくり煮含める。
- ③ ②にごまを混ぜる。



**鎌倉和子さん**

Kamakura  
Kazuko

今まで捨ててしまっていた野菜の芯や皮も工夫次第でおいしい料理に生まれ変わります。ダイコンの皮を捨ててしまっている人もいかもしれませんが、天日干しすれば大根の栄養素が凝縮され、食物繊維やカルシウム、カリウム、ビタミンが豊富になるんですよ。栄養成分を逃がさないためにも、戻し汁も調理に使うといいですよ。食材をおいしく全ていただきましょう。

「エコクッキング」と聞いてどんな料理を思い浮かべますか？ 調理時のエネルギーが少ない料理？ それとも地産地消の料理？  
もちろんそれもあります。が、町内で行われているエコクッキングの生涯学習講座で講師を務める鎌倉和子先生が提案してくれたのは、食材をなるべく使い切ったごみの量を極力減らす「エコクッキング」。

野菜の皮は料理に使わないと生ごみになって、夏は腐りやすいし、冬は寒くて捨てに行くのが面倒。しかし、その皮を使ってもう一品作ってしまえば、ごみが減る一方で、おかずのバリエーションは増えるという、一石二鳥の工夫です。  
鎌倉先生が今回紹介してく

生ごみの減量化の基本は水切りです。生ごみを出す時は、しっかりと水分を切りましょう。そうすることで、ごみの量が減らせて、ごみ出しも楽になります。また、焼却の際も効率的に処分することができるようになります。

「やり方はとっても簡単。魚や肉の生ごみを除いたものを、できるだけ日のあたる庭に新聞紙を敷いて2~3日置いておくだけです。水分が抜けてカラツとしたごみになって小さくなります。猫や鳥がきて散乱するかと心配でした



生ごみを可燃ごみに入れる前に「ぎゅつ」とひとしぼり

が、果物などの食べカスを小鳥がついばむ程度。実際、この方法で生ごみの量は約3割減少しました」  
今の方法を始める前は、台所に出た生ごみは全て、ビニール袋に入れて、他の可燃ごみと一緒に指定袋で出していたという丸田さん。今では、中袋で出していた可燃ごみが小袋で十分になったと言います。

「中袋は1枚30円、小袋は20円なので、年間100枚使



Maruta Tsutomu  
**丸田 力さん**  
松前町ごみ減量対策委員 昌農内

# 再利用する



使い切ったり、再使用したり…それでも出てしまった生ごみ。  
土に返し、元気な野菜や花を育てるべく  
「生ごみ処理機」で堆肥化にチャレンジ。



生ごみを減らし  
家庭菜園もでき  
堆肥化はいいことづくし

Aihara Kuniko

相原邦子さん

東古泉

Inagaki Keiko

稲垣桂子さん

東古泉

焼却するときには厄介ものにされてしまう生ごみですが、少し手を加えるだけで、良質な堆肥に変えられます。  
微生物の力で生ごみを分解するコンポストを使って20年の相原邦子さんは「コンポストに発酵促進剤とEM菌とぬかを入れて発酵させています。できた堆肥を使って、庭で小松菜やベビーリーフなどの野菜を育てています。プランターで作って置いて、収穫後は、プランターごとコンポスト

にひっくり返してまたできた堆肥をプランターに入れての繰り返し。こうして作る野菜は甘くておいしいんです。この楽しみがあるから、堆肥づくりはちっとも苦じゃありませんよ」とこりこり。できた堆肥は畑の土壌改良を進めるので、野菜や花の栽培に最適なのです。  
「相原さんがコンポストを利用してきれいに野菜を作っているのを見て、私も町の補助を使ってコンポストを購入

しました」と話すのは、近所の稲垣桂子さん。二人で情報を交換し合って、時には野菜や種も交換し合っています。二人そろって「捨てるごみの量は本当に少なくなりました。可燃ごみを出すのは2週間に1回くらい」とその効果を話します。  
堆肥化するのには手間だと思ふ人もいますが、そんな人が、普段のごみ出しが少なくてすむという利点があり、野菜などの栽培に効果的なのです。

## ●● 生ごみ処理機の購入費を補助します ●●

電気式  
乾燥型  
パイオ型



補助率  
購入費の1/2  
(限度額 20,000 円)

容器式  
コンポスト  
バケツタイプ



補助率  
購入費の1/2  
(限度額 3,600 円)

補助金交付に必要なもの ▶印鑑(シャチハタ不可)▶納税証明書▶65歳以上の場合介護保険料納付証明書  
※購入証明書が必要ですので購入前にお問い合わせいただくか窓口にお越しください。 ☎町民課ごみ対策係 ☎985-4117

水分が多く、焼却処分するとき厄介ものになる生ごみ。家庭で処理するの「めんどくさい」「汚い」「臭い」というイメージを持っていませんか？  
これからは、そんな生ごみ処理の嫌なイメージを一新。「気軽に」「賢く」「快適に」生ごみを処理して、減量に取り組んでみましょう。おいしく使いきったり、かわいく再使用したり、楽しく堆肥化したり。なんだか生ごみを減量するだけで、エコかわいい生活を送ることができるような気がします。

# 育てる



野菜の根元や芯など、普段は捨ててしまう部分から再生栽培し、再収穫できる「キッチン菜園」。  
室内で簡単にできて特別な道具も不要。見た目もなんだかかわいい。  
そんなエコかわいい「キッチン菜園」をチェック。



残り野菜の再生栽培は  
おしゃれに楽しむのがコツ

Yoshioka Tomomi

吉岡友美さん

宗意原

家庭菜園と違って場所をとらないし、ネギや春菊、白菜などを、とにかく水につけておくだけでいいのでとっても手軽。それに観葉植物みたいで、キッチンに置いておくだけでかわいいんです。

それから、子どもにとって、植物の成長を学ぶよい機会にもなっています。ネギの根っこやキャベツの芯にも命が宿っていて、水、空気、光で命が芽吹く様子を見て、命の強さ、食べ物を大切にする気持ちなどを学んでいるようです。

キッチン菜園とは、文字通りキッチンで野菜を育てること。キッチンカウンターやテーブルの上など、省スペースで手軽に育てられるため、今人気が高まっています。  
このキッチン菜園で注目すべきなのが、種も特別な道具も使わず、残り野菜から根や葉を育てて収穫する方法です。最も手軽にできるのは、根付きで売られているカイワレや三ツ葉などから収穫する方法。使う部分を切って、根が付いたスポンジを捨てずに水につけておくと、芽や葉が出てきて10日〜2週間、もう一度収穫できるようになります。

おくと、2週間ほどで濃い緑色の葉が次々と出てきます。大根やニンジンも根元を1〜5センチぐらい残して切り、水に浸しておくと、真ん中から新しい葉が出てきます。ニンジンの葉は見た目にかわいらしく、やわらかいので、ハーブのように料理に使うことができます。キャベツの葉もそのままそ汁の青みに。キッチンのカウンターで、根付きのネギや三ツ葉、ニンジンなどを水につけて再生している吉岡友美さん。「忙しい私にとって、ちよんとつまんで、料理にパッと入れられるので重宝します」と、その手軽さを気に入っています。  
キッチン菜園は、普段は捨ててしまう部分から、再収穫できる究極の「節約エコ菜園」ともいえそうです。