

# やってみよう！生ごみを濡らさない & 絞る・乾かす

生ごみの水分を減らすと、可燃ごみ袋が驚くほど軽くなります。  
今やっている方法を、生ごみが濡れにくい方法に変えてみましょう。

## あなたの家はどのタイプ？

# 一緒に始めよう！ 北名古屋市のごみ減量



北名古屋市では、家庭から出るごみの減量と分別を推進しています。  
ごみのことを考え、県営西春住宅のみなさんが、可燃ごみの減量に  
チャレンジしてみました。

## チャレンジした内容

その1 **ごみになりそうなものは買わない**

- 使い捨てや過剰包装の商品を避ける。
- 安くても必要以上に買わない。

その3 **生ごみ（水分）を減らす**

- 食材を使い切り、生ごみを減らす。
- 生ごみの水きりをし、臭いを減らす、ごみ出し回数を減らす。
- 食べきれない量しか載らないお皿を使い、料理の作り過ぎをなくす。

その2 **燃えるからと言って何でも可燃ごみ袋に入れない**

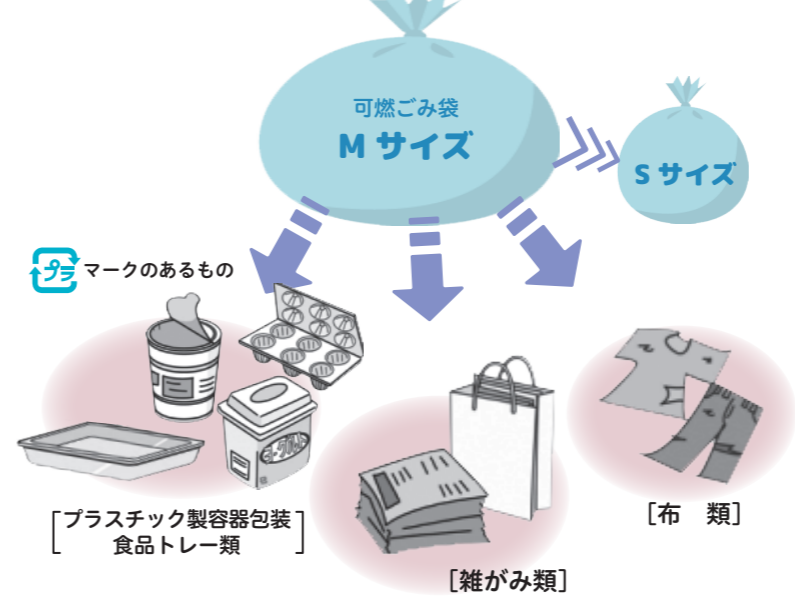
可燃ごみは「資源にならないから燃やすしかないごみ」です

- リサイクルできるプラスチック等を可燃ごみ袋に入れない。  
可燃ごみとプラスチック包装、食品トレー用の袋を並べて置き、しっかり分別する。
- 可燃ごみ袋の中身を減らし、サイズを小さいものに替える、ごみ出し回数を減らす。



その4 **食べないで捨てる“食品ロス”をなくす**

- 安くても食べきれない量しか買わない。
- 買い物に出かける前に、冷蔵庫の中身を見る。
- 毎週末、食品棚・冷蔵庫の食品の消費期限を確認する。
- 食べない物はフードドライブへ寄付。  
コンビニの入口等にありませう。



まずは  
排水口に生ごみ入れがある場合は、  
浅い受け皿にしてごみが溜まらない  
ようにしましょう。



もっと良いやり方は…  
排水口のごみ入れをやめ、濡れにくい所に  
ごみ入れを置きましょう。



コツは…

- 生ごみの上に水入りのペットボトル等、重たい物を載せて、重さで水を絞っておく。
- 水切りができるメッシュ袋や穴あき紙袋を使って無理なく絞る（100均で売ってます）。
- 三角コーナーや排水口の生ごみが濡れていたら、ギュウツと絞って出す。



生ごみ水切りグッズ→

もっとも良いやり方は /  
シンクの外に生ごみ入れを置きましょう。  
食品トレーに生ごみ入れを置いて、ごみが  
濡れている場合は手で絞って入れましょう。

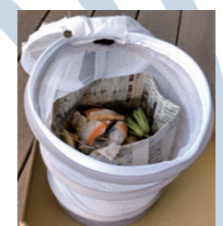


コツは…

- お茶殻やコーヒーを干して乾かしておき、生ごみに振りかけて消臭する。
- ナイロン袋を生ごみ入れにする場合は、捨てる前に、楊枝で袋の底に穴を開け水を一絞り。
- 新聞をとっている場合は、古新聞で生ごみ入れを作り、ごみの水分を自然乾燥する。

これ以上ない素敵なやり方は

ごみの日まで、生ごみ入れを風通しの  
いい所やエアコン室外機の前に置き、  
自然乾燥しましょう。



100均のランドリー袋等に入れておくと、羽虫  
を防げます。



コンポストを使って、生ごみ自体を  
無くしましょう。

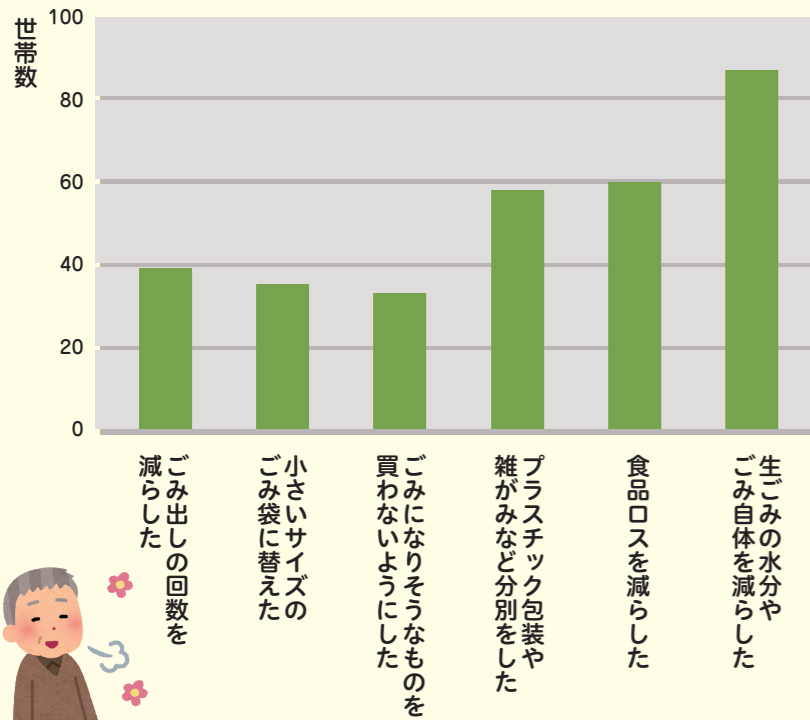
本事業は、「令和7年度 地域における地球温暖化防止活動促進事業」で、愛知県地球温暖化防止活動推進センターと北名古屋市が共同で行ったものです。

# 県営西春住宅のみなさん (227世帯) の とりくみ結果

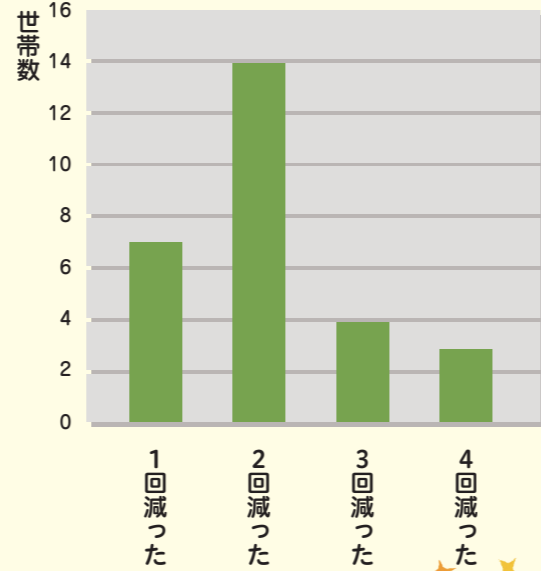
可燃ごみ収集日に、ごみの重量とごみの水分を計りました。  
ごみの量は、前月に比べて **約1割 (約700kg)** 減りました！  
このとりくみを続けることにより、県営西春住宅だけでも  
地球温暖化に関わるCO<sub>2</sub>の排出量を年間で**約1.4トン**  
減らすことができます。



## 何にとりくんだ？

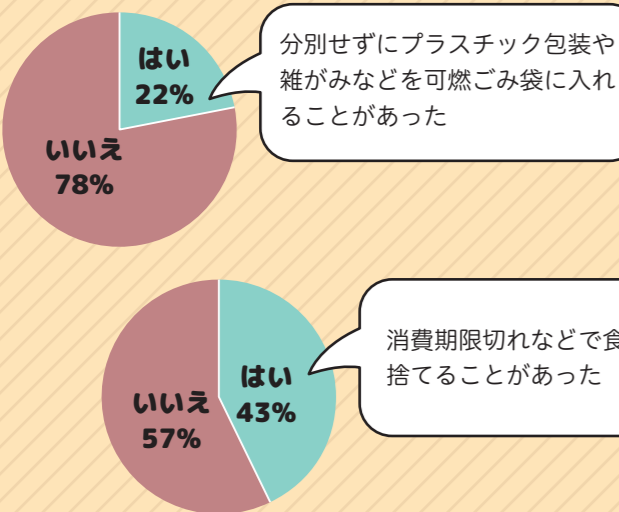


## ごみ出しの回数は どれだけ減った？

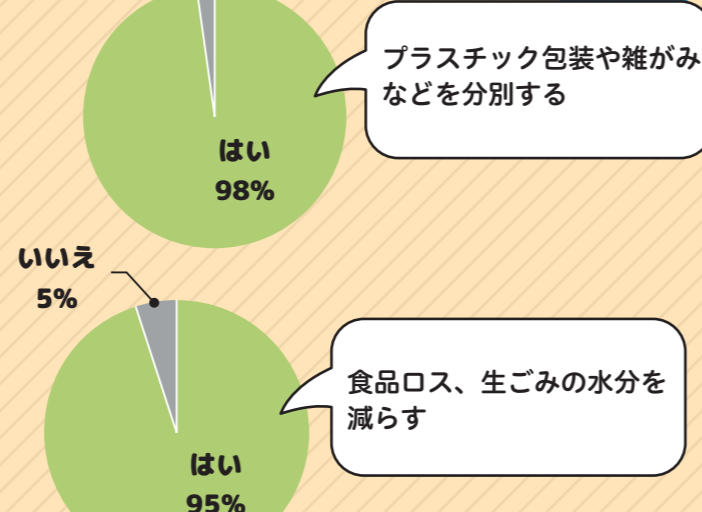


## 《《 アンケートでは 》》

【これまでどうだった？】



【これからどうする？】



# ごみを減らすと こんなに良いことがあります

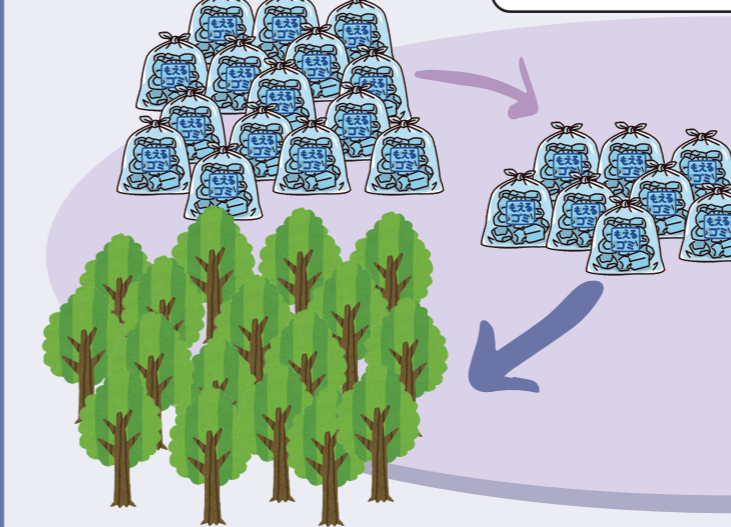
家庭では...



市では...



地球では...

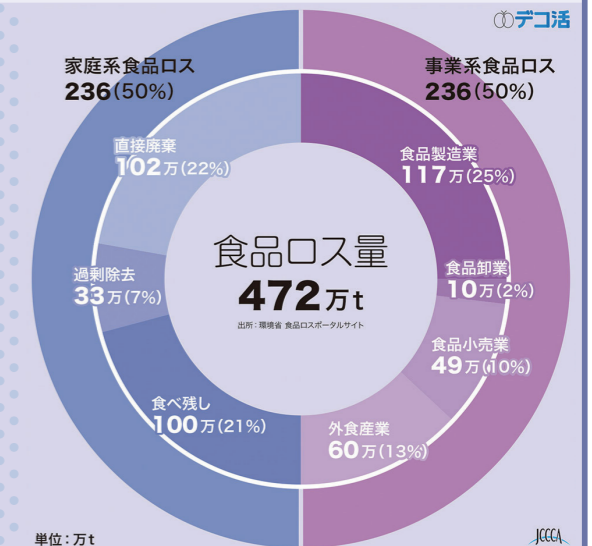


- 北名古屋市の全体でこのとりくみにチャレンジすると、ごみ焼却場に持ち込まれる可燃ごみを年間100トン以上減らすことができます。
- さらに、地球温暖化の原因となるCO<sub>2</sub>を200トン以上減らすことができます。
- これは、スギの木を1万5千本\*植えるのと同じくらいの効果があります。  
※40年スギ1本あたりの1年間のCO<sub>2</sub>吸収量を14kgと仮定

## 捨てられている 食べもの

日本では、毎日、一人お茶碗一杯分の食品が捨てられています。家庭では、食べ残しや期限切れで直接廃棄される量が多く、これらは一人ひとりが気をつければ減らすことができます。

今すぐ、冷蔵庫や食品棚の食べ物の消費期限を確認してみましょう！



出典：温室効果ガスインベントリオフィス/  
全国地球温暖化防止活動推進センターウェブサイト <https://www.jccca.org/>