

中央区

ごみゼロ



リ-ター

ニュース

第15号

令和7年7月発行

## 第11期中央区廃棄物減量等推進員研修会を開催

令和7年6月30日（月）午後2時からJ:COM中央区民センター1階ホールにおいて、第11期中央区廃棄物減量等推進員のみなさまを対象とした「中央区廃棄物減量等推進員研修会」を開催しました。

講師には「有限会社ひのでやエコライフ研究所」の鈴木代表取締役をお招きし、「3Rと食品ロス」をテーマにご講演いただきました。当日は大変暑い中にもかかわらず多くの廃棄物減量等推進員のみなさまにご参加いただきました。

途中、参加者が2～3人に分かれて「焼却されるごみをさらに減らすために、普段の生活の中で私がしている3Rや食品ロス対策」について話し合う時間もあり、ごみの減量について真剣に考えていただける有意義な研修会となりました。



講師の有限会社ひのでやエコライフ研究所鈴木代表取締役



清田区代表 挨拶



研修会の風景

# 食品ロスを減らすために、できることから始めてみましょう



## ●フードドライブ

フードドライブは市民の皆さんの誰もが気軽に参加でき、手つかずのまま捨てられている食品を食べ物として大切に活用することができる取組みです。ご家庭で余った食品は、フードドライブへお持ち込みください。



## ●賞味期限と消費期限の違い

「賞味期限」と「消費期限」の違いを正しく理解して、いつまでに食べられるかを確認し、食べ物の無駄をなくすことが、食品ロスの削減につながります。



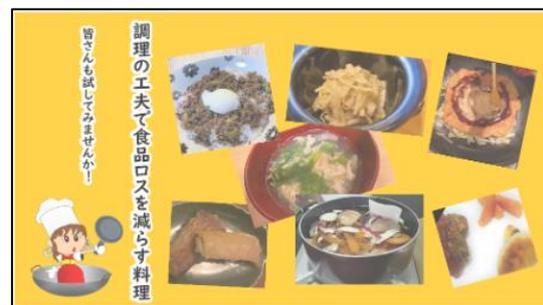
## ●生ごみ3きり運動

大阪市では、生ごみの減量施策として「生ごみ3きり運動」を推進しています。「使いきり」、「食べきり」、「水きり」を実践し、食品ロスの削減に取り組みましょう。



## ●30・10(さんまるいちまる)運動

「30・10(さんまるいちまる)運動」とは、宴会や会食で、「最初の30分間と最後の10分間はお料理を楽しむことで食べ残しを減らしましょう」という運動です。



## ●調理の工夫で食品ロスを減らす料理の実践

「食材やエネルギーを無駄にせず、水を汚さないなどの工夫や、生ごみを減らすことを目的に、買物から調理、食事、後片付けまでの一連の流れを通して実践する料理に取り組んでみましょう。」



《編集・発行》

大阪市環境局 中部環境事業センター出張所

大阪市浪速区塩草2-1-1

TEL: 06-6567-0750 FAX: 06-6567-0721

<http://www.city.osaka.lg.jp/kankyo/index.html>

