



ごみ減量を推進する孤高の侍

ゴミザムライ

GOMI SAMURAI

水切り・乾燥してごみ減量しよう

ごみを濡らさない、野菜の皮などは取り除いて乾燥させる。
野菜くずなどは太陽に当てて、水分を飛ばす、水切りネットを
使ってひと絞りする！ひと工夫でごみ減量はできるんです！
〔詳細〕廃棄物対策課減量推進係 ☎ 383-4211

始めよう ごみ減量

食材を無駄なく使おう

日本全国の食品ロスは年間
643万トンで、1日1人当
たり139グラムにもなりま
す。特に多く捨てられるのは
野菜です。野菜はゆでるなど
のひと手間を加えることで、
長持ちさせることができま
す。食材は上手に保存し、無
駄なく使い切りましょう。

また、夏場の生ごみは腐敗
しやすく、悪臭の原因にな
ります。生ごみはしっかり水切
りをして、なるべく乾燥させ
ましょう。

簡単！野菜の活用レシピ

豚ひき肉とキャベツのあんかけ風

材料

- ・キャベツ (ゆで) 5~6枚
- ・豚ひき肉 200g
- ・長ねぎ 1/2本
- ・サラダ油 少々
- ・片栗粉 小さじ2
- ・しょうゆ 大さじ2
- ・酒 大さじ2
- ・ごま油 小さじ1
- ・水 1/2カップ
- ・ガラスープの素 小さじ1~2
- ・豆板醤 小さじ1~2



作り方

- ① ゆでて保存しておいたキャベツを5cmの角切りにする。長ねぎは粗みじん切りにする。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、豚ひき肉を入れ、強めの中火で焼きつける。すぐには動かさず、焼き色がついたら返す。
- ③ 酒、豆板醤を加え豚ひき肉をポロポロにほぐしながら炒める。次に長ねぎとしょうゆを入れ、さっと炒める。
- ④ ガラスープの素と水を加え、キャベツを入れ少し煮る。
- ⑤ 水とき片栗粉でとろみをつけ、ごま油を回し入れる。

レシピ提供：江別友の会

野菜の保存方法

キャベツ	芯をくりぬき、外側から葉を1枚ずつはがして、塩を少々入れた熱湯で30秒ゆでる。水気を切り、冷ましてから密閉容器に入れる
ブロッコリー	一口大の小房に分け、塩を少々入れた熱湯でゆでる。水気を切り、冷ましてから密閉容器に入れる
アスパラガス	濡らしたクッキングペーパーで根元の切り口を包み、密閉容器に入れる

ごみの分別 出す前に確認しよう！

ごみの分別・出し方で間違いの多いもの

・燃やせるごみ

プラスチック容器、ペットボトルのふたとラベル、色付きトレイ、発泡スチロール

・燃やせないごみ

刃物、カミソリ、電球（蛍光管は危険ごみ）、ガラス、食器、陶器

・危険ごみ

ライター、スプレー缶・ガスカセット缶
※穴を開けずに出してください。

・大型ごみ (事前申込)

カセットコンロ、ガステーブル、電動工具
※石こうボードなどの耐火ボードは、1畳分（砕けた場合は30ℓ）につき250円がかかります。リフォームなどで業者が行って発生したごみは産業廃棄物です。業者に引き取りを依頼してください。

資源物・危険ごみの出し方に注意

「透明・半透明の袋」で品目ごとに分け、別々の袋で出してください。

また、資源物と危険ごみが混ざっているもの、ふたやラベルがついたペットボトル、中身が残っているもの、異物が入っているものは収集できません。

※詳しくは、分別の手引きをご覧ください
か、ごみの出し方相談ダイヤル（☎ 384-5600）へお電話ください。

受付時間

月～金曜日（祝日・年末年始を除く）：9時～17時
土曜日・祝日・年末：9時～12時