

Eco City



〈 エコドライブ 10のすすめ 〉

1

自分の燃費を
把握しよう



2

ふんわりアクセル
「eスタート」



3

ゆとりをもって
加速・減速の
少ない運転を



4

減速時は早めに
アクセルを離そう



5

エアコンの
使用は適切に



6

無駄な
アイドリングは
やめよう



7

渋滞を避け
余裕をもって
出発しよう



8

タイヤの空気圧
から始める
点検・整備



9

不要な荷物は
おろそう



10

走行の妨げとなる
駐車はやめよう



〈環境・人・お財布〉に優しい「エコドライブ」 みなさんもできることから始めてみませんか？

エコドライブとは

燃料消費量やCO₂排出量を減らし、地球温暖化防止につなげる“運転技術”や“心がけ”です。また、エコドライブは交通事故の削減にもつながり、燃費が向上することからお財布にも優しい「一石三鳥」な取り組みです。



資源とごみ分別アプリ「さんあ〜る」を活用しよう！ ○無料でご利用いただけます
★ごみの分け方・出し方の検索 ★資源・ごみの収集日の通知
★館林市からのお知らせ（資源やごみに関すること）

App
Store

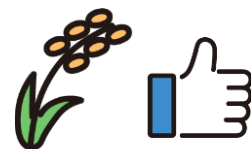


Google
Play





10月は食品ロス削減月間



食品ロスとは

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。資源の浪費に加えて、CO₂排出量の増加にも繋がります。

館林市で家庭から出るごみのサンプル調査を行ったところ、可燃ごみの約10%が食品ロスとして排出されていて、令和3年度に約 4,831 tの「食品ロス」が発生したと推測されます。1人1日あたりに換算すると約177gの食べ物が毎日捨てられてしまっていて、国の平均値(約 114g)を大きく上回っています。



食品ロスの原因と対策

①食べ残しの廃棄
食べる量を把握せず作りすぎてしまう。

②消費期限を過ぎて廃棄
食品の買いすぎや消費期限を把握していない。

③食材の過剰除去
野菜のヘタや皮と一緒に可食部分まで切り落としてしまう。



- ・食品を買いすぎない
- ・残った料理をリメイク
- ・食べる量を把握する
- ・適切に保存する

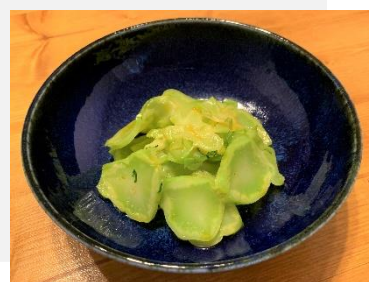
- ・食材の可食部分を知る
- ・賞味・消費期限を把握する
- ・すぐに食べる予定の商品は手前から買う
- ・寄附をする(フードバンク)



使い切り料理 (ブロッコリーの茎のザーサイ)

材料：ブロッコリーの茎(150g) ・塩(小さじ 1/2) ・ラー油(小さじ 1/3)
ごま油(小さじ 1) ・鶏がらスープの素(小さじ 1/4)

- ①ブロッコリーの茎を端から薄く輪切りにする
- ②塩、ラー油、ごま油、鶏がらスープの素を合わせておく
- ③耐熱皿に入れてラップををし、電子レンジで4分加熱
- ④熱いうちに②を加えてよく混ぜる



賞味期限と消費期限の違い

賞味期限 「品質が変わらずに、おいしく食べられる期限」
消費期限 「食べ物の安全性を保障する期限」

賞味期限は、期限が過ぎても食べられなくなるわけではありません。
すぐに廃棄せず自分で食べられるかどうかを判断し食品ロスを減らしましょう！

