

## もったいない心

ものが無駄になることを惜しみ、限りある資源を大切にし、省資源や省エネルギーに取り組む、それが、「もったいない心」です。

リデュース(ごみの減量)・リユース(再使用)・リサイクル(再生利用)というこれまでの3Rに、リフューズ(ごみになるものを断る)、リペア(長期間使用するために修理する)、さらには、リニュー・アップル(環境にやさしい再生可能なものを使用する)といった新たな3つのRの視点を加え、廃棄物の排出を削減し、資源の有効利用を進めましょう。

### 【行動目標】

#### 道民一人一日10%(80g)のごみを減らそう

3Rのさらなる展開など、「もの」を大切にし、ごみにしない、ごみを出さない取組を進めましょう。

私たちの身の回りにあるものは、たとえ今は新しくても、いずれは壊れたり、不要なものとなり、捨てられてしまいます。私たち道民は、一人一日あたり約800g(平成17年度)のごみを家庭から排出しています。

ごみの削減と資源の有効利用に向けて、「もの」を大切にし、ごみにしない、ごみを出さない取組を進め、一人一日あたり家庭ごみ排出量の10%(80g)の削減・リサイクルを目指します。

ごみの分別方法や資源回収品目は地域により異なりますので、削減目標は80g程度を目安として適宜設定してください。

#### 【一人一日10%(80g)のごみの削減・リサイクルの効果】

全道民(560万人(H19))が取り組むと、全道で1日あたり約450トンのごみを削減・リサイクルできます。これは大型トラック(10トン車)約45台分に相当します。

道民が一人一日80gのごみを削減・リサイクル(50g削減+30gリサイクル)すると...

- ・「北海道廃棄物処理計画」に定める平成22年度の家庭ごみ排出量の目標を達成することができます。
- ・「北海道循環型社会推進基本計画」に定める平成22年度の一般廃棄物のリサイクル率の目標を達成することができます。

また、ごみを燃やすことによる二酸化炭素の排出量を、2Lペットボトル約7本分削減することができます。

## 【行動メニュー】

## 生ごみを減らそう

家庭で食べ残しを少なくする(2割カット)	17g	削減・リサイクル
家庭の生ごみを排出する場合は、よく水切りをする(5割)	12g	削減・リサイクル
家庭の生ごみを堆肥化して自家使用する(1割)	22g	削減・リサイクル

## 買い物するときに気をつけよう

買い物の際には、マイバッグを持参してレジ袋を削減する(1枚)	6g	削減・リサイクル
買い物の際には、過剰包装を断る	5g	削減・リサイクル

## リサイクルを实践しよう

空き缶		
缶ビール(アルミ、350mL)		17g 削減・リサイクル
缶コーヒー(スチール、180mL)		33g 削減・リサイクル
ペットボトル、牛乳パック		
ペットボトル	2L	60g 削減・リサイクル
	500mL	28g 削減・リサイクル
牛乳パック	1L	26g 削減・リサイクル
	500mL	18g 削減・リサイクル
食品系の容器・包装		
ガムの箱(12粒入り程度)	紙製	4g 削減・リサイクル
お菓子箱(ビスケット70g入り)	紙製	26g 削減・リサイクル
お菓子袋(かき餅 g入り程度)	プラスチック製	4g 削減・リサイクル
とうふ容器(340g入り)	プラスチック製	11g 削減・リサイクル
きのこ包装	プラスチック製	3g 削減・リサイクル
いちご容器	プラスチック製	7g 削減・リサイクル
ミニトマト容器	プラスチック製	7g 削減・リサイクル
納豆容器	プラスチック製	2g 削減・リサイクル
米袋(5kg入り)	プラスチック製	25g 削減・リサイクル
食品トレー	小	プラスチック製 3g 削減・リサイクル
	大	プラスチック製 5g 削減・リサイクル
ヨーグルト容器	500g入り	フタ：プラスチック製 容器：紙製 22g 削減・リサイクル
	85g入り	プラスチック製 7g 削減・リサイクル
プリン容器(80g入り)	プラスチック製	6g 削減・リサイクル
カップ焼きそば容器(130g入り)	フタ：紙製 容器：プラスチック製	15g 削減・リサイクル
カップラーメン容器	プラスチック製	10g 削減・リサイクル
幕の内弁当容器	プラスチック製	23g 削減・リサイクル
お茶袋(150g入り)	プラスチック製	6g 削減・リサイクル
紙パック酒容器(1.8L入り)	紙製	94g 削減・リサイクル
日曜雑貨		
シャンプー等容器 (ポンプ式、600mL入り)	プラスチック製	78g 削減・リサイクル
詰め替えシャンプー等袋(600mL入り)	プラスチック製	13g 削減・リサイクル
はみがき容器(140g入り)	プラスチック製	12g 削減・リサイクル
使い捨てカイロ袋	プラスチック製	1g 削減・リサイクル

ちり紙箱(1箱)	紙製	34g	削減・リサイクル
クリーニング用ハンガー	プラスチック製	36g	削減・リサイクル
乾電池	単1	-	134g 削減・リサイクル
	単3	-	24g 削減・リサイクル

### 詰め替え商品を購入しよう

シャンプー等が無くなったら、詰め替え商品を購入して、容器に詰め替える(ポンプ式、600mL)	65g	削減・リサイクル
--	-----	----------

このほかにも、リターナルビンを使用したり、古着を回収業者に回してリサイクルすることにより、ごみの削減・リサイクルに結びつけることができます。

また、ここに例示した数値はあくまでも目安であり、メーカーや材質等によって異なります。

## 【マイ・行動メニューの例】

### (^^) / 主婦Dさん(50歳)

私は、食べ残しが多いので、気をつけます。また、家庭の主婦として、生ごみの削減・リサイクルに取り組みたいと思っています。買い物するときも、レジ袋をもらっていましたが、マイバッグを持って行くようにします。

家庭で食べ残しを少なくする(2割カット)	17g	削減・リサイクル
家庭の生ごみを排出する場合は、よく水切りをする(5割)	12g	削減・リサイクル
家庭の生ごみを堆肥化して自家使用する(1割)	22g	削減・リサイクル
買い物の際、マイバッグを持参してレジ袋を削減する(1枚)	6g	削減・リサイクル
買い物の際、過剰包装を断る	5g	削減・リサイクル
シャンプー等が無くなったら、詰め替え商品を購入して、容器に詰め替える(ポンプ式、600mL)	65g	削減・リサイクル
計	127g	削減・リサイクル

### (^^) / 会社員Eさん(30歳)

私は分別がめんどろで、これまで牛乳パックやトレーなども可燃ごみで出していました。いろいろな容器を見てみると、リサイクルできるものが多いですね。

牛乳パック(1L)のリサイクル	26g	削減・リサイクル
納豆容器のリサイクル	2g	削減・リサイクル
食品トレー(大)のリサイクル	5g	削減・リサイクル
プリン容器(80g入り)のリサイクル	6g	削減・リサイクル
カップ焼きそば容器(130g入り)のリサイクル	15g	削減・リサイクル
ちり紙箱(1箱)のリサイクル	34g	削減・リサイクル
計	88g	削減・リサイクル

(^^) / 学生Fさん(18歳)

私がよく飲むもの、食べるもので取り組むとすると、缶コーヒーと清涼飲料水、ガム、お菓子といったところです。あまり手間もかからないので、これなら続けられそうです。

缶コーヒー(スチール、180mL)のリサイクル	33g	削減・リサイクル
ペットボトル(500mL)のリサイクル	28g	削減・リサイクル
ガムの箱(12粒入り程度)のリサイクル	4g	削減・リサイクル
お菓子箱(ビスケット70g入り)のリサイクル	26g	削減・リサイクル
計	91g	削減・リサイクル