

食品ロス削減の工夫を紹介



# エコ得レシピ

大根の葉は捨てずに炒めてふりかけにしてみませんか。

お店では葉付き大根を見かけることが少なくなりましたが購入した際はぜひ作ってみてください。栄養満点！



## 木曾西 Kさんの大根の葉のふりかけ レシピ

大根の葉	1本分	酒	大さじ1
しょうゆ	大さじ2	いりごま	大さじ1
みりん	大さじ1	ごま油	大さじ1



- ①大根の葉を洗い、みじん切りにする
- ②フライパンにごま油、大根の葉を入れ炒める。
- ③しょうゆ、みりん、酒を入れてさらに炒める。  
※水分が飛ぶまで焦げに気を付けて、しっかり炒める。
- ④火を止めて、仕上げにいりごまを入れ混ぜたら完成。  
※お好みでかつお節や一味唐辛子を入れてもおいしい。

市民のごみ減量の工夫を紹介

# ごみ減量アイデア



## 小野路町 Kさんのアイデア

お肉は袋に入ったものを買います。  
野菜は少量のものを買います。

実際にその取り組みをしているお店に行き、お店の人にお話しをお聞きしました。



お客様から発泡トレイをリサイクルに出す手間がかからなく、そのまま冷凍しやすく便利というお声をいただいております。店側としても経費削減できるので安い価格設定ができます。(オーケー町田森野店)



# ☆あなたのアイデア・レシピ教えてください☆

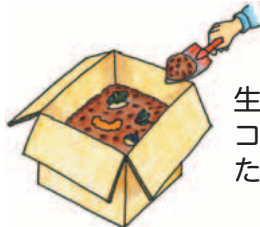


冷蔵庫をチェックしてから買い物に行きます



過剰な包装は断ります

例えば



生ごみはダンボールコンポストに入れてたい肥にリサイクルしています

応募方法はいろいろ

郵 送 〒194-0202 町田市下小山田町3160 3R推進課  
推進係「減量アイデア」または「エコ得レシピ」募集担当  
FAX 042-797-5374  
メール mcity2930@city.machida.tokyo.jp



ホームページや情報紙などでご紹介させていただくことがあります。

町田市ホームページでこれまでの減量アイデアやエコ得レシピを見ることができます。

### 減量アイデア

暮らし>環境・ごみ>資源とごみ>ごみ減量・リサイクル>ごみを減らそう~3Rとは>ごみ減量アイデア

### エコ得レシピ

暮らし>環境・ごみ>資源とごみ>ごみ減量・リサイクル>生ごみ・食品ロスに関する取り組み>エコで得するお料理レシピを紹介します

# ☆ごみ分別アプリをご利用ください☆

町田市の資源とごみの分別・収集日の確認ができるスマートフォン及びタブレット端末用のアプリケーションです!

## アプリのダウンロード方法

以下の方法で無料ダウンロードできます。(通信料は利用者負担となります。)

- ①二次元コードからダウンロードページへアクセス!
- ②App Store または Google Play からダウンロード  
(「町田市ごみ分別アプリ」で検索)



ごみナクナーレの記事について、お問い合わせは 3R推進課 ☎042-797-0530