

# ごみ減量

アイデア

事

例

集



令和5年1月

宇部市



# はじめに

本市では、1人1日当たりのごみの排出量を、令和13年度までに、840gに削減する目標を掲げ、様々なごみ減量施策に取り組み、市民の皆様のご協力のもと、ごみの減量に取り組んでいるところです。

しかしながら、令和3年度の1人1日当たりのごみ総排出量は963g（前年比16g減）であり、近年、減少傾向にはありますが、全国平均\*を上回っている状況です。

今後、持続可能な資源循環のまちづくりを進めていくためには、ごみの減量化を更に進めることで、CO<sub>2</sub>など温室効果ガスの排出抑制をしていくとともに、ごみ処理経費を少しでも圧縮して、他のまちづくり施策の財源に充てていく必要があります。

このたび、ごみ減量への意識をさらに高め、一層のごみ減量に取り組んでいただくことを目的として、市民の皆様からごみ減量のアイデアを募集しました。その中から実用的なアイデアを集めて事例集を作成しました。

一人でも多くの方々にこの事例集をご活用いただき、ごみの減量化に取り組んでいただきたいと思います。

令和5年1月

宇部市廃棄物対策課

\*R2年度（最新）の1人1日当たりのごみ総排出量：全国平均901g

# 目次

## 1 令和4年度 審査結果

## 2 アイデア事例

### (1) 買い物や食事をするときのアイデア

- ① 買い物計画し、余計な食品等は買わない
- ② 3Mでゴミ減量！！
- ③ 繰り返し使える容器へ
- ④ 水筒や弁当を持参する習慣
- ⑤ ゴミの少ない生活を

### (2) 生ゴミを減らすためのアイデア

- ① 私が取り組むゴミ減量
- ② 生ゴミを減らそう
- ③ 生ゴミ専用ゴミ箱の作成
- ④ 自分のごみの量を知ろう
- ⑤ あなたにも出来ます！サステナブルライフ！
- ⑥ 珪藻土ゴミ水切りトレイ
- ⑦ 生ゴミを最小限にするために
- ⑧ 簡単な家庭菜園堆肥として
- ⑨ ガーデンシュレッダーの普及促進
- ⑩ 雑がみの分別で大きな減量

### (3) 再利用するためのアイデア

- ① メモ帳をつくろう
- ② 使い捨てをやめよう！
- ③ 使い捨てマスクをやめよう
- ④ ゴミを違う考え方に
- ⑤ 使わなくなった物を再利用しよう！
- ⑥ 無駄に物を買ったりすぐに捨てたりしたらダメやけんプロジェクト

### (4) みんなで取り組むアイデア

- ① 学生の街・宇部市のリユースプロジェクト～ものを大切にす文化の継承～
- ② スクールリユース
- ③ 楽しく競おう！ゴミの分別運動会
- ④ 使わなくなった物を必要な人のもとへ
- ⑤ 気軽に手軽にゴミを減らす
- ⑥ まんがでわかるゴミ減量
- ⑦ 店頭回収を利用しよう

### (5) 事業所で取り組むアイデア

- ① マエドリでフードロスストップ
- ② チラシを電子化することによるゴミの減量
- ③ マイ容器持って行こーキャンペーン



# 令和4年度 ごみ減量アイデアコンテスト審査結果



最優秀賞

## 水分を含んだ草・葉等の乾燥に関して

受賞者 志賀 正道 様

### 【アイデア概要】

- ①指定ごみ袋での天日干しでは、袋の中央や底の水分は通風がないため、2～3日経過しても完全には蒸発しない。
- ②指定ごみ袋の底の方に通気口を設けると1日程度で、ほぼ完全に脱水可能。
- ③空けた通気口はテープで塞ぎ、ごみステーションに入れる。

### 【期待されるごみ減量効果】

草等はカラカラに乾燥する。



優秀賞

## 配布プリントのメール化

受賞者 慶進高等学校 岩崎 准也 様・岩本 煌真 様・池内 京介 様

### 【アイデア概要】

学校で配布されるプリントを全てメールにして、学校で使うプリントの数を減らす。

### 【期待されるごみ減量効果】

学校で使われるプリントを減らすことで、家にプリントが溜まらなくなり、結果的にごみになるプリントが少なくなる。



優秀賞

## 宇部市の粗大ゴミ削減のためのアイデア

受賞者 慶進高等学校 加藤 倅生 様・高杉 大和 様・森藤 大輝 様・吉谷 拓磨 様

### 【アイデア概要】

タンスなどのリサイクルできるごみを集めて解体し、DIYの素材にする。その素材で、DIYをしたことがない人や、興味にある人に向けてDIY教室を開催する。

### 【期待されるごみ減量効果】

これを導入することで、粗大ごみの大きな削減が期待できる



入賞

## エコな料理でごみ減量

受賞者 宇部商業高等学校 西村 咲優 様

### 【アイデア概要】

毎月5日と3日に食材のエコな切り方と料理方法をweb上で公開する。チラシで配るとごみになるため、誰でも簡単に見ることのできるwebにする。  
エコな切り方や料理方法はweb上で募集し、いい案を採用する。年齢を問わず、幅広い年代から募集する。

### 【期待されるごみ減量効果】

多くの人からアイデアを募集し、各家庭がそれぞれ実行すれば、1家庭当たり1か月で200gは減ると考える。



入賞

## 必要なものだけ買おう～みんなで目指す食品ゼロロス～

受賞者 宇部商業高等学校 中野 智貴 様

### 【アイデア概要】

スーパー等での買い物では、多くの商品があることで、多くの商品を買ってしまう。その結果、ごみが増えるということにつながる。そこで、スーパー等で買おうとする商品に対し、ネットチラシを作り、そこで必要な商品にチェックを入れるようにすれば、スムーズに余計な物を買うことがなくなる。

### 【期待されるごみ減量効果】

食品ロスが減る。家に来るチラシや広告より早くネットでお得商品が知りやすいため、ご飯の献立が作りやすく、必要な物が分かるから、市民に広まりやすいと思う。



入賞

## 車に乗る時はかぎと免許とマイバッグ

受賞者 宇部商業高等学校 松村 季依 様

### 【アイデア概要】

レジ袋を有料化したけど、レジ袋を利用する人が多い。私は、マイバッグを使わない人の中では、店に持って行くのを忘れるという理由の人が多と思うので、車の中にマイバッグを1つ置いておくことを推奨したい。

### 【期待されるごみ減量効果】

レジ袋のごみが少しは削減されると思います。道路によく落ちていたレジ袋も減ると思います。



入賞

## 生ごみキエーロ

受賞者 辻野 正吾 様

### 【アイデア概要】

畑の土を掘り起こし平らにならしてその上に高さ20センチ位の集めの板で長方形に囲み、雨が入らないようにビニールの波板で覆うと言うものでキエーロと呼ぶそうです。埋め穴を少しずつずらし、1週間くらいでローテーションします。戻ってきたときには生ごみは消えています。これの良い点は生ごみの水を切らなくて良いことです。畑をお持ちの暮らしをされている方には、生ごみ減量対策として普及させてほしいです。



# (1) 買い物や食事をするときのアイデア

## ① 買い物計画し、余計な食品等を買わない

慶進高校  
K・Tさん



買い物の前に  
チェック!



- 必要な分しか買わない。
- 食材を余らせないように配慮し、食べられる量を買う。
- 迷ったら買わない。
- 1週間の献立を考えて買い物する。
- 冷蔵庫を空にするつもりで買い物をする。

実践しています!



宇部市のホームページに買い物に役立つ「食材在庫表の活用例」を載せているので利用してね♪  
これは2018年ごみ減量アイデアコンテストの最優秀賞作品だよ!

## ② 3Mでごみ減量!!

慶進高校  
T・Rさん

# 3M



MY箸



MYボトル



MYバッグ

- マイ箸  
マイボトル  
マイバッグを持参するように心がける。

エコライフをはじめよう!



### ③繰り返し使える容器へ

宇部中央高等学校  
Y・Kさん



- 地域のイベントなどで繰り返し使える皿、コップ、箸を使用する。

使い捨て食器



リユース食器

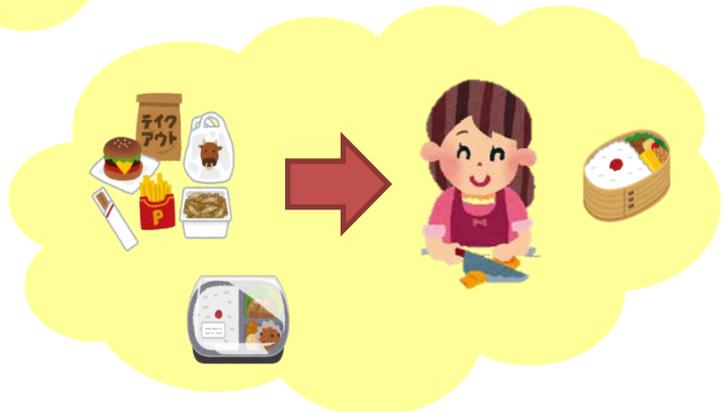


### ④水筒や弁当を持参する習慣

慶進高校  
S・Mさん



- 自動販売機やスーパーなどで飲み物を買わずに、自分で水筒を用意する。
- 弁当を持参する。



## ⑤ごみの少ない生活を

慶進高校  
M・Rさん

食べきれぬ量  
にしよう♪



- 外食をしたり、お弁当を作る時は、自分の食べきれぬ量だけ、注文したり作ったりする。



実践しています！



宇部市では、外食時や家庭での食べ残しなどを減らし、やまぐちの食材を“おいしく、ぜんぶ、食べきる”「やまぐち食べきっちょる運動」に参加して、食品ロスの削減に取り組んでいるよ♪



## (2) 生ごみを減らすためのアイデア

### ①私が取組むごみ減量

S・Mさん



- 食物残渣は一日分ためて土に埋める。
- 紙ごみは出るたびに決めた袋に入れる。
- 米のとぎ汁はお花にあげる。

生ごみは  
燃やさずに

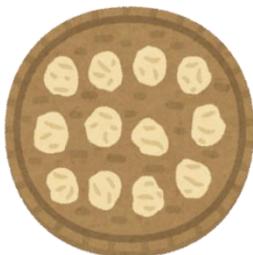


### ②生ごみを減らそう

慶進高校  
S・Kさん



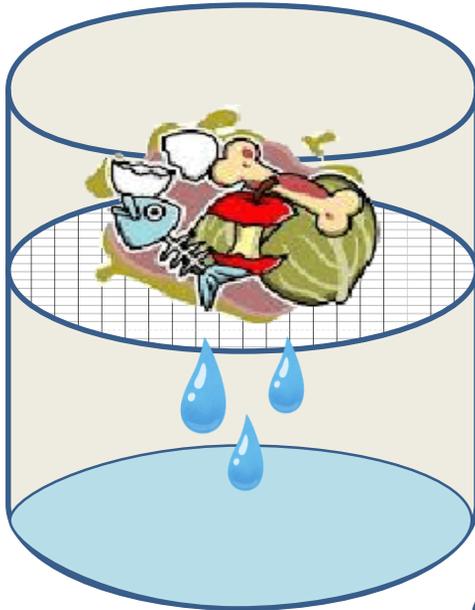
- 果物や野菜の皮などを捨てずに肥料にする。
- 皮を天日干しにして圧縮して捨てる。



生ごみも減って  
一石二鳥！

### ③生ごみ専用ごみ箱の作成

慶進高校  
S・Tさん



- 生ごみは水分が多い。  
バケツを用意し、真ん中に布などを取り付け、水分とごみを分ける。

簡単に水分を減らせるね！



### ④自分のごみの量を知ろう

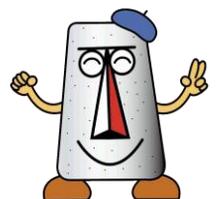
慶進高校  
N・Sさん



- 毎日ごみの重さを量る。  
自分のごみの量を把握することで、ごみを減らす意識を高める。

自分のごみの量がすぐにわかるね！

計量器



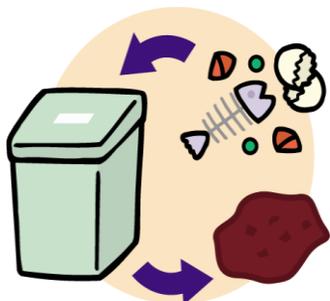
## ⑤あなたにも出来ます！サステナブルライフ！

N・Tさん



**STOP**

**地球温暖化**



- 生ごみのコンポスト化。
- みつろうエコラップで可愛くプラスチックフリー生活。
- ヘチマや麻紐の天然素材の台所スポンジに替える。
- 竹製の歯ブラシに替えて、使った後は自然に還す。

みつろうラップは、布にみつろうや植物性オイル、天然樹脂を染み込ませたラップです。使用後は土に還すことができ繰り返し使えるので、とても環境に優しいラップなんだよ♪



## ⑥珪藻土ごみ水切りトレイ

S・Nさん

珪藻土マット



生ごみを広げて干す



乾いたらごみ箱へ

下にたまった水は  
すぐ捨てる

- 珪藻土でできたバスマットや水切りトレイを使って生ごみの水分を切る。

生ごみの80%が水分なんだね！



## ⑦生ごみを最小限にするために

宇部高等学校  
U・Aさん

なるべく  
うすく剥こう！



- 野菜・果物の皮を厚むきにしない。
- 水切りネットなどで生ごみをギュッとひとしぼりする。



生ごみの  
80%は  
水分



## ⑧簡単な家庭菜園堆肥として

U・Sさん



- コーヒーかす、卵の殻、バナナの皮等を容器にためて、割りばしで適当に混ぜて鉢植えの植物の堆肥にする。

植物が  
元気になるね！

実践しています！

宇部市では、段ボールを使った生ごみ処理容器「段ボールコンポスト」の普及促進を図り、生ごみの削減に取り組んでいるよ♪  
ふれあいセンターで申し込みができるのでみんなもやってみよう！



## ⑨ガーデンシュレッダーの普及促進

T・Yさん



- 剪定枝を「ガーデンシュレッダー」でチップ状にして肥料に転換する。

実践しています！



こちらのアイデアを受け、宇部市では、ガーデンシュレッダーの購入に助成金を支給しています。  
庭木の処理にお困りの方は、ぜひご活用ください♪

## ⑩雑がみの分別で大きな減量

T・Hさん



雑がみは  
古紙の日に出そう！



- 雑がみ専用の袋を作ることで、雑がみの分別が促進でき、燃やせるごみの減量が見込める。

実践しています！



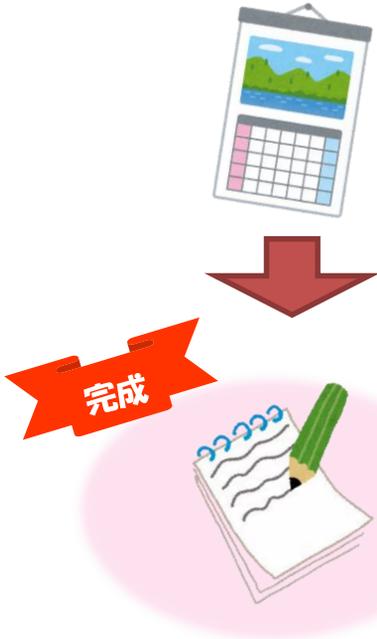
こちらのアイデアを参考に、雑がみ回収袋を作成し、その作り方を市ウェブサイトに掲載しています♪  
小さな雑がみを貯めておくのに便利です！



### (3) 再利用するためのアイデア

#### ① メモ帳をつくろう

慶進高校  
S・Mさん



- ルーズリーフの余白やカレンダーの裏紙を捨てずに、メモ帳として再利用する。同じくらいのサイズに切って、クリップで挟めば簡単に作れる。

捨てる前にもう一度使おう！



#### ② 使いすてをやめよう！

慶進高校  
K・Rさん



詰替え商品を使うとごみが減らせるね！

- 日用品や文房具など、詰替えがあるものを選ぶ。

\*シャンプー  
ボールペン  
充電式カイロ  
など



### ③使い捨てマスクをやめよう

慶進高校  
H・R さん



- 使い捨てマスクを使用するのを極力やめて、繰り返し使用できるマスクを使う。マスクを手作りして使う。

マスクは洗って  
繰り返し使おう



### ④ごみを違う考え方に

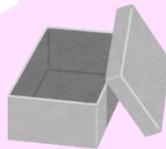
慶進高校  
H・K さん



何が  
できるかな？

- ごみとして出たものを本当にもう使えないかを考え、使えるものはリサイクルする。

- ※牛乳パック  
⇒まな板、収納
- 歯ブラシ  
⇒掃除道具
- 空き箱  
⇒おもちゃ



## ⑤使わなくなった物を再利用しよう

慶進高校  
A・Yさん  
Y・Mさん

まだまだ  
使えるね！



- 使わなくなった物や使えなくなった物を、新しいものに変える。
- 家から使わなくなった物を持ち寄って、学校や地域でリメイク教室を開く。



## ⑥無駄に物を買ったりすぐに捨てたりしたら ダメやけんプロジェクト

慶進高校  
M・Kさん

買う前に  
考えて！



- 無駄に物を買ったりすぐに捨てるのはもったいないので、他で使える物で代用する。
- \* 掃除用タオルを買わずに新聞紙で拭く。  
インクの油分でピカピカになる！
- \* 牛乳パックを保存容器として使用する。
- \* 洋服を捨てる時にボタンを外して再利用する。



## (4) みんなで取り組むアイデア

### ①学生の街・宇部市のリユースプロジェクト ～ものを大切にする文化の継承～

山口大学  
感性デザイン科



- 宇部市や大学がリユースセンターになり、使われなくなった大きな家具や電化製品などの生活必需品を、必要な人へ受け渡す役割を請け負う。

### ②スクールリユース

宇部高等学校  
I・Nさん



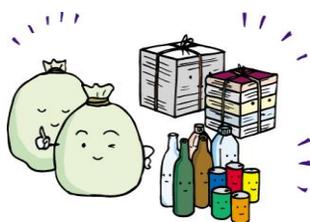
- 学校で使う教材や参考書、柔道着など、不用になった物を一括して管理し、低価格で提供し、利益を被災地域への寄付金に使う。

### ③楽しく競おう！ごみの分別運動会

宇部フロンティア大学付属  
香川高等学校  
S・Yさん

#### ごみ分別運動会！

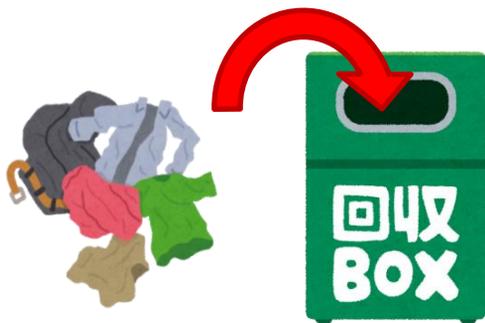
分別は何になるのかな？



- 地域や学校で行われる運動会に、ごみの分別に関する競技を入れる。楽しみながら正しいごみの捨て方を知り、競技として競うことで、市民のごみ分別に対する意識を高める。

### ④使わなくなった物を必要な人のもとへ

慶進高校  
U・Kさん



売れたお金は地域のために！



〇〇団地  
フリーマーケット

- 住んでいる団地に再利用ボックスを設置し、衣類や小物などを入れてもらう。それを1週間おきに集めて、1か月に地域でフリーマーケットを開く。集まったお金は地域の資金として活用する。

#### 実践しています！



西岐波地区コミュニティ推進協議会では、ふれあいセンターに不要な服の回収ボックスを設置して、古着のリユースに取り組んでいるよ♪ 回収した服は安価で販売して、地域の収入になっています！

## ⑤気軽に手軽にごみを減らす

宇部高等学校  
Y・Mさん



- 幼稚園・保育園から大学等にもリユース用の回収ボックスを設置する。
- 身近なところに設置することで、より多くの遊休品が回収でき、世代を通じて3Rの意識が浸透する。

リユースしよう！



実践しています！



宇部市では、市内各所に「子ども服・絵本・子育てグッズ・学生服」等の回収ボックスを設置して、リユースに取り組んでいるよ♪  
回収したものはイベントで無料譲渡しているのでみんなも行ってみよう！

## ⑥まんがでわかるごみ減量

Y・Sさん



- ごみや3Rについて、子どもから大人まで、みんなが楽しみながら理解できるよう、四コマまんがを作成する。

実践しています！



廃棄物対策課の広報誌「3Rくる（ミラクル）」に、ごみ減量に関する四コマまんがを掲載しました♪

## ⑤店頭回収を利用しよう

N・Aさん



- スーパー等の店頭回収を利用することで、リサイクルの促進と宇部市のごみ収集の減量ができる



実践しています！

市ウェブサイトには市内の店頭回収施設一覧を掲載しています。  
持ち込まれる際は、持ち込み先のルールをよくご確認ください。



## (5) 事業者が取り組むアイデア

### ①マエドリでフードロスストップ

N・Tさん



■ スーパー等のカートや買い物カゴに食品ロス啓発ステッカーを設置し、下記の運動を推進する。

- ① 食料品を購入する際は、なるべく手前の商品から選んで購入する。
- ② 購入日に消費する食品は、なるべく賞味期限が短い商品を購入する。

### ②チラシを電子化することによるごみの減量

山口大学  
感性デザイン科



- アプリをつくる。
- QRコードでアクセスしやすくする。  
(目につくところに提示)
- 見るごとにポイントが貯まったり、割引できたりする。

### ③マイ容器持って行こーキャンペーン

慶進高校  
K・Rさん



- 宇部市内のテイクアウトできるお店で使えるサイズが決まった容器に入れて、持ち帰りができるようにする。その容器を持参するとサービスを受けられるようにしたり、このキャンペーンをしているお店がスマホのアプリでわかり、ポイントが貯まるようにする。



実践しています！

宇部市では、飲食店で繰り返し使える容器（リユース容器）や、持参した容器を使用した場合に、特典を受けられる「エコテイクアウト」の実証事業を実施し、環境負荷の低減に取り組んでいるよ♪



エコテイクアウト





編集・発行 宇部市廃棄物対策課

TEL:(0836)34-8247 FAX:(0836)33-7294  
E-mail : haikibutsu@city.ube.yamaguchi.jp