



ごみ減量に
サイ挑戦！

新潟市ごみ減量
推進キャラクター
「サイチョ」

新潟市の資源とごみの情報紙

サイチョ PRESS

vol.
87

令和7年5月18日

3Rが進むまち
リデュース! リユース! リサイクル!

【発行者】新潟市環境部循環社会推進課
〒951-8550 新潟市中央区学校町通1番町602-1
TEL: 025-226-1391

サイチョプレス

紙面内容は発行日に
市ホームページに掲載されます。



ご感想
募集中!

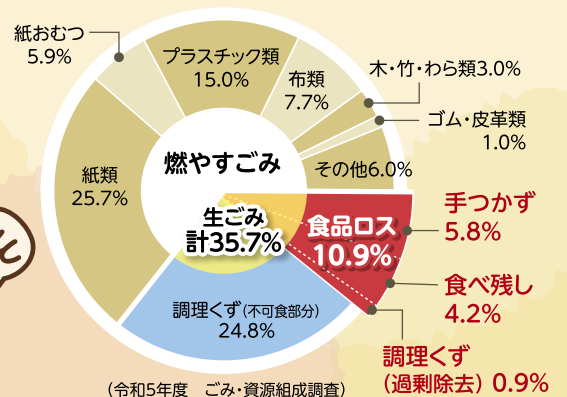
ハガキでも
どうぞ

TOPIC

どのくらい食品ロスが減らせているか チェックしてみよう!

燃やすごみのうち、実は10.9%が本来食べられるはずの食品で占められています。
あなたは食品ロス削減にどれくらい取り組んでいるのか、YES/NOで答える簡単チェックで見てみましょう!

みんなで
食品ロス削減の
達人を目指そう!



→ YES → NO

START

料理の作りすぎを
しない

YES



常に冷蔵庫や
食品庫などを
整理している

YES



外食時、
食べ残したら持ち帰る

YES



食品ロス削減の
達人だね



残ってしまった
料理や食材を
アレンジして食べきる

YES

NO



買い物に行く前に
冷蔵庫の中身を
確認する

YES



宴会などの
コース料理は
食べきっている

YES

NO

すごい!
これからも続けてね!



賞味期限が過ぎても
状態を確認めて
食べている

YES

NO



食材を
買いすぎない

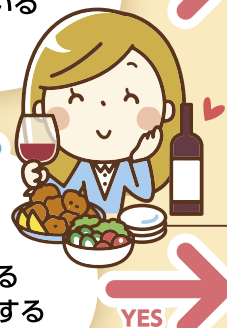
YES



外食時、
食べきれ
量だけ注文する

YES

NO



いい感じ!



まずは
どんなことができるか
知ってみよう!

まだまだ
たくさんチャレンジ
できるね

もっと意識すると
どんどん食品ロスを
減らせるかも



食品ロス、意外と自分ごとだったかも…? シーン別のお役立ち情報はこちら!

▶ 余った食材や食べ残しを
捨ててしまった…

エコレシピコンテスト レシピ集

市では、捨てられがちな食品を活用した「エコレシピ」のコンテストを開催し、入賞した作品のレシピ集を作成・配布しています。



市HPでもご覧になれます。

▶ 冷蔵庫の中で食材が傷んでいた…

冷蔵庫お片付けBOOK

冷蔵庫の中にどのくらいの食品があるか把握することで、効率的に無駄なく食品が利用できるようになります。余計な買い物が減って、家計の節約にもつながりますね。市では冷蔵庫お片付けBOOKを配布しています。



▶ 宴会でおしゃべりに夢中になって
料理を食べ残してしまった…

20・10・0(にーまる・いちまる・ゼロ)運動

宴会開始後20分間と宴会終了前10分間は、自席で料理を楽しむ時間とする20・10・0運動を実践し、宴会料理を楽しく美味しく食べきましょう。



ほかにも、食品ロスを減らす方法はたくさんあるよ。
日々の生活の中で「もったいない」が発生しないよう取り組んでみよう!



食品ロスを
減らすために
できること

問い合わせ

循環社会推進課
☎025-226-1391

サイチョのクイズは今回お休みです