

3 R で一番大切なのはリデュースです！

買い物でリデュース



やってみてね♡

マイバックを使いましょう！



過剰包装は控えましょう！



買いすぎないようにしましょう！



詰め替え商品を選びましょう！



外食でリデュース



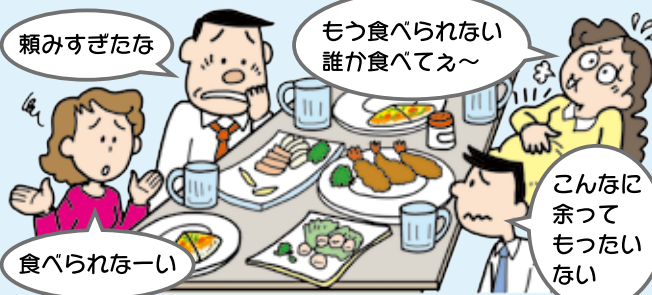
外でもよろしく
ぼん！

使い捨て商品の使用を控えましょう！



食べられる分だけ頼みましょう！

宴会などで…



レストランで…

あまり食べられない時は、注文時に「ご飯は、少なめでお願いします。」



家でリデュース

作りすぎないようにしましょう！



消費期限に気をつけて食材を使いましょう！



生ごみの水切りをしましょう！
実はとっても大切な“水切り”。
生ごみの80%は水分です。

“水切り”のポイント



生ごみをシンク内に入れると水分をたくさん吸ってしまいます。

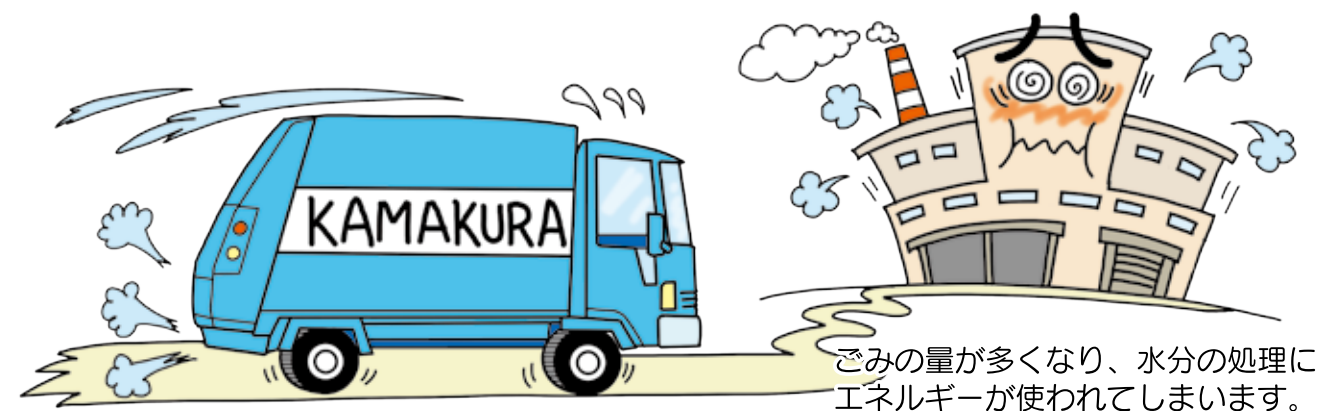


最後のぎゅーっが大切。



毎回、捨てる前にちょっと振るだけでも違います！

どうして“水切り”をしなくてはならないの？



ごみの量が多くなり、水分の処理にエネルギーが使われてしまいます。