

そのひと絞りが、地球を軽くする。

生ごみを

絞って！ 測って！ 報告！

水切りチャレンジ



参加者募集

7月19日(土) ▶ 8月29日(金)

参加者には
いたばしPay

500

ポイントプレゼント

※応募者多数の場合は
抽選となります

応募はこちらから！ ▶



※詳しい参加方法は裏面をご覧ください



板橋区は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。



ゼロカーボン
いたばし2050

生ごみは ぎゅっと絞れば軽くなる！ はじめよう エコ習慣！

水切りチャレンジとは、生ごみの水切り前後の重さを測ることで、「水切り」によりどのくらいの生ごみが減量されたかを調べる取り組みです。

参加手順

①準備するもの

- 生ごみ ※ラップなどの生ごみでないものは取り除く
- はかり
- トレイ(生ごみをのせる用)
- 水切りグッズ(必要な場合)
- カメラ(記録用、スマートフォン可)

②水切りの方法を決める

☞ 水切りの方法の例

水切りグッズ(袋やネットなど)/生ごみ処理機/自然乾燥/手で絞る など

★Point！

計量する方法は様々です。自分なりに楽しんでできる方法を見つけてみましょう！

- ① 毎日同じタイミング(毎夕食後など)で計量し、どこまで減量できるか検証
- ② 計量するタイミング、水切りの方法などを計量ごとに変えてみてどのような方法がもっとも効果があるか検証
- ③ 自分で水切りの道具を作ってみて、どれくらいの水が切れるか検証。

③生ごみの水切り前後の重さを計量する

まずは水を切らない状態で生ごみの重さを測って記録しましょう。

その後、生ごみをぎゅっとひと絞り！水を切った後の生ごみの重さを測って、重さが分かるように写真撮影しましょう。

★ 応募には5回分の計量の記録が必要です

④専用の応募フォームに結果を報告

右の二次元コードから応募フォームへアクセスし、取り組みの結果をご提出ください。



なぜ水切り？

生ごみは、その約80%が水分といわれています。水分が多いとごみを運んだり燃やしたりするときに多くのエネルギーを使い、二酸化炭素を多く発生させてしまいます。

エネルギーの使用量をおさえ、二酸化炭素の排出量を減らすために、生ごみの水切りにチャレンジしましょう！



生ごみの減量と食品ロスの削減

生ごみの減量のためには、「まだ食べられるのに捨てられてしまう」『食品ロス』を削減していくことが重要です。

板橋区公式ホームページでは生ごみ減量や食品ロス削減に関する情報を掲載しています。

資源循環推進課の公式インスタグラムでも情報を発信しています。



CITY_ITABASHI_SIGEN