

生ごみを減らす…

ステップ1

生ごみを 出さない工夫



毎日のくらしで捨てられる生ごみの多くは、「調理くず」と「食べ残し」です。「買いすぎない」、「作りすぎない」など、日頃の食生活を見直してみましょう!

また、冷蔵庫の保管方法などを見直すことで、生ごみも少なくできるかもしれません。

ステップ2

生ごみを 軽量化しよう



生ごみの80%は水分です。水を切るだけでも減量できます。水切りネットや水切り器などで水を切りましょう。水切りの基本は「食材を濡らさない」ことです! 野菜などを洗う場合は、ヘタ等を切りおとしてから、洗いましょう。

ステップ3

生ごみの 堆肥化に チャレンジ!



捨ててしまえば、ごみとなる「生ごみ」は、ひと手間かけることで、野菜などを育てる堆肥として使うことができます。堆肥化にはいくつか方法があります。自分にあったやり方で、チャレンジしましょう!

堆肥(たいひ)って何?

堆肥とは、生ごみ等を微生物が分解して、熟成させたもの。土と混ぜ合わせることで、野菜づくりなどに適した土壌になります。

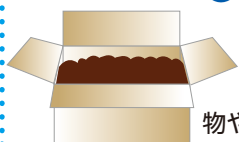
生ごみを堆肥にする方法 etc.

●設置型コンポスト



生ごみだけでなく、落ち葉や刈り草などと一緒に入れます。コンポストは土壌に埋め込んで使用するため、地面が土でないと使用できません。

●ダンボールコンポスト



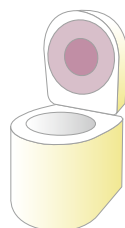
好気性微生物の入った基材をダンボール箱に入れて、生ごみを堆肥化します。準備物やコスト(費用)面からも、手軽に取り組むことができます。

●密閉型容器



嫌気性のEM菌〔有用な微生物群:Effective Microorganisms〕を使って生ごみを発酵させ、堆肥を作ります。

●電気式生ごみ処理機



バイオ式と乾燥式があります。乾燥式は、生ごみを乾燥させて、細かく粉碎するため、短時間で処理できます。

好気性発酵と嫌気性発酵

MEMO

生ごみを発酵、分解する方法には、好気性発酵と嫌気性発酵があります。好気性発酵は、酸素のある状態で活発に活動する微生物が生ごみを分解して、発酵させるもので、分解時に温度が上昇します。一方、嫌気性発酵は酸素に触れない状態で活動する微生物が生ごみを分解して、発酵するものです。

