

## 令和7年度「ごみゼロやまがた県民運動」

本県の「1日1人当たりのごみの排出量（R4）」は、909gで、少ないほうから全国23位です。（1位：京都府 770g）※R4の数値。公表後にR5の数値に修正。

全国一ごみの少ない県を目指し、まずは1人1日当たり100gのごみを減らすよう、各家庭で3R（リデュース<ごみを減らす>・リユース<繰り返し使用>・リサイクル<再生利用・再資源化>）に取り組みましょう。

みんなの地球のためにチャレンジ!

カーボンニュートラル  
やまがたおにぎり1個のごはんの量  
が約110g!!

## 1 おいしく楽しく食べきりで食品ロスゼロ!

家庭からの食品ロスは1日1人当たり約103gで、おにぎり約1個分に近い量の食品を捨てていることとなります。食品ロスを減らすには、食べ物を大切にしたい本来の気持ちに立ち返ることが大切です。

## おうちでは…

- 消費期限・賞味期限をチェックし、残っている食材から優先利用  
※賞味期限は“おいしいめやす”。
- 食材はムダなく使い切り  
(過剰除去防止・環境にやさしい料理レシピ)
- 余った食品は、フードドライブに協力し、必要としている方へ

## お買い物では…

- 買い物前に冷蔵庫・食品庫をチェックして必要な分だけ購入
- すぐ食べるものは、陳列棚の手前から、“てまえどり”



## 外食では…

- 食品ロス削減等に取り組む「もったいない山形協力店」を積極利用
- 適量注文でおいしく食べきり、食べきれなかった料理はお店に相談して持ち帰り

“おいしい食べ  
きり運動”に参加  
しよう!!

## 2 プラごみゼロで、美しい河川・海岸を!

山形県の海岸には流れ着くたくさんのごみ（海ごみ）の約8割が内陸からのごみであり、そのうちの多くをプラスチックごみが占めています。ごみのポイ捨てをしないことはもちろん、使い捨てプラスチック製品の利用そのものを減らしましょう。

- 使い捨てプラスチック製品の使用を控える
  - マイボトル・マイカップ・マイ箸・マイバッグなどを利用
  - 旅行の際は、歯ブラシ・かみそり等のアメニティを持参
- 洗剤・シャンプー等は詰め替えできる商品を利用



マイボトル用給水器

## 3 3R推進でごみゼロ!

物は大切に繰り返し長く使い、不要になった物も欲しい人に譲るなどして、ごみをできるだけ減らしましょう。また、分別を徹底してリサイクルを推進しましょう。

- 衣類や日用品は長く愛用できるものを購入し、メンテナンス・修理して大切に使用
- 不要になった物はフリーマーケット・リユースショップなどを活用して次の利用者へ
- 紙類（雑誌・段ボール・雑紙など）、小型家電、食品トレイなどは適切に分別し市町村、町内会・子ども会、スーパー等の回収に協力  
※市町村やお店のルールを事前に確認!
- 山形県リサイクル認定製品やエコマーク商品などの環境にやさしい商品を優先購入

山形県リサイクル  
製品認定マーク

ごみゼロやまがた推進県民会議

お問合せ

山形県環境エネルギー部循環型社会推進課  
TEL 023-630-2322廃棄物・リサイクル  
総合情報サイト