

令和8年度「ごみゼロやまがた県民運動」



家庭編

本県の「1人1日当たりのごみの排出量（R6）」は869gで、少ないほうから全国24位です。（1位：京都府736g）

全国一ごみの少ない県を目指すため、一人ひとりが「自分ごと」として意識し、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・リユース・リサイクル）に取り組みましょう。

<例：コピー用紙（A4）25枚（約100g）、おにぎり1個（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人1日当たり約102gで、おにぎり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きり（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
- 生ごみは水を切って捨てる

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…

- 食品ロス削減などに取り組む「もったいないやまがた協力店」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！

海岸漂着ごみの約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・かみそりなどのアメニティを持参
- 洗剤・シャンプーなどは詰め替えできる商品を利用
- 海岸漂着ごみの回収活動や地域の清掃活動に積極的に参加



マイボトル用給水器

3 3R推進でごみゼロ！

物は大切に長く使い、不要になった物は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。

- 長く愛用できる物を購入し、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、衣類などは適切に分別し、地域やスーパーなどの回収に協力 ※地域やお店のルールを守ろう！
- 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

