

やまぐち

# 3きっちよる運動!

Let's reduce food waste

限りある資源や環境のために、山口県では食品ロスや  
生ごみの削減に向けた活動をしています  
みんなで3きっちよる運動に取り組みましょう!

1. 食べきっちよる

2. 使いきっちよる

3. 水きっちよる

## 食品ロスを減らそう!

まだ食べられるのに捨てられる食品を減らすために  
私たちに出来ることから始めましょう



山口県PR 本部長ちよるる



# 食品ロスの削減や、ごみの減量化のため

やまぐち

## 3きっちよる運動!

### に取り組みましょう!



### 食品ロスとは

「まだ食べられるのに捨てられてしまう食品」のことです。  
(例)・食べ残し ・過剰除去(皮のむきすぎなど) ・規格外品や返品、売れ残りなど

### 食べきっちよる (食べきり)

- ・料理は食べきれぬ量だけ作り、残さず食べよう。
  - ・外食時は食べきれぬ分だけ注文しよう。
- ⇒外食時には「**やまぐち食べきり協力店**」を利用しよう。

現在の協力店は356店舗です。詳しくはこちらを検索!  
(2021年12月現在)

やまぐち食べきり協力店 |

検索



協力店ステッカー

### 使いきっちよる (使いきり)

- ・冷蔵庫や食品庫をチェックして、必要な食材だけを買おう。
- ・野菜の皮など、食材の使いきりをこころがけよう。

食材や料理を活用するための

「**やまぐち食べきりアイデア**」はこちらを検索!

山口県 食べきりアイデア |

検索



その生ごみ、水きっちよる!?

### 水きっちよる (水きり)



- ・野菜の使わない部分は、洗う前に切り落とそう
- ・ごみ箱に入れる前に、生ごみを「ぎゅっ」と絞ろう
- ・水気の多い野菜くずなどは、一晩乾燥させよう。

**ペットボトルを利用した水切り方法**をご紹介します!  
(右のイラストを参照)

#### ペットボトルを使った水切り方法

