

第3回ごみゼロカフェ 開催報告

ごみゼロカフェ NEWS

廃棄物を減らすための情報提供と講座

最終回の第3回では、第1部に川崎市環境局からの廃棄物に関する情報提供と、第2部では、食品ロスに着目した講義とワークショップを行いました。

食品ロスの現状を知り、冷蔵庫の正しい使い方や食品の正しい保存方法で、家庭での食品ロスを減らすための工夫や知恵を学んだあとは、グループごとにワークショップを行いました。

第1部

川崎市の廃棄物に関する情報提供

～川崎市の廃棄物に関する現況と市民に向けた情報提供を行いました～

講師：川崎市環境局生活環境部減量推進課
係長 赤久保 智弘 氏



第2部

食品ロスを減らす！ 冷蔵庫収納と食品保存

～冷蔵庫保存に適した食品の正しい知識と収納方法を楽しみました～

講師より開催にあたって・・・

せっかく購入した食品を最後まで使い切ることができずに、捨ててしまったという経験はありませんか？
冷蔵庫の正しい使い方や食品の正しい保存方法が分かると、食材の無駄がなくなり最後までおいしく食べることが出来ます。
食品ロスの現状についてもお伝えし、食品ロスを減らすために家庭でできるコツをご紹介します。

講師：料理研究家・食品ロス削減アドバイザー
島本 美由紀 氏



第3回 ごみゼロカフェ 開催概要

- 《開催日時》 2023年3月11日(土)10:00～12:00
- 《開催場所》 川崎市生活文化会館てくのかわさき 第1・2研修室
- 《参加者》 21名
- 《内容》 川崎市からの廃棄物に関する情報提供とともに、食品ロスに着目し、家庭でできる削減方法や参加者間で意見交換を行うワークショップを実施した。



川崎市からの廃棄物に関する情報提供と、食品ロスに焦点をあてた講義&ワークショップの2部構成で行われました。

説明に熱心に耳を傾け、ワークショップでは、積極的に発表される参加者が印象的な第3回でした。今年度全3回の“ごみゼロカフェ”は、今回で最終回となりましたが、外部の取材も入り、活気あるなか終了しました。

第1部

川崎市の廃棄物に関する情報提供

川崎市環境局生活環境部減量推進課より、廃棄物についての情報提供を行いました。市の担当部署からの情報提供は、参加者のごみ削減に向けた意識改革にもつながったようです。

■情報提供の主な内容

- ・家庭で使いきれなかった食品を提供できる“フードドライブ”の受付拠点の紹介等
- ・“食品ロス削減協力店”で実施している“小盛メニュー”や“小盛販売”等の紹介
- ・食品の使いきりや食べきり、廃棄の際の水切り等のお願い
- ・“家庭用生ごみ処理機”への市からの助成や“生ごみリサイクルリーダー”の派遣について



川崎市環境局生活環境部減量推進課 赤久保 智弘 係長からの情報提供



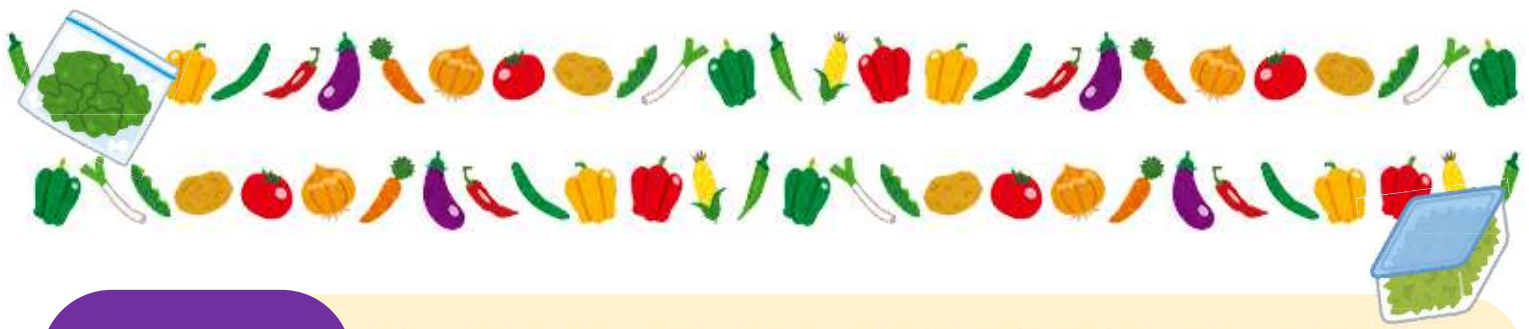
第2部でのワークショップでは・・・

第2部のワークショップでは、実際の冷蔵庫の中の写真を基に、使用者の年齢を想像し、悪い点や改善点をグループごとに話し合い、発表しました。



ワークショップで使用した冷蔵庫の内部の写真

グループ	悪い点	改善点
A	・中身が多すぎる	・大きい容器は下段に ・チルド室やドアポケットを使い分ける ・朝食用をまとめる
B	・詰めすぎてバラバラで中身が見えない	・整理整頓して早く食べる物を前に置く ・残り物が見やすいコーナーを作る ・食品ごとにまとめて冷蔵庫を確認してから買物
C	・食べ残しは捨てる ・瓶の飲料が多くバラバラ	・置き場所を変える ・朝食用調味料をまとめる ・賞味期限の早い物を前に置く
D	・皿の上に皿が重なっている	・飲み物、種類別にまとめ、見える容器にする ・朝食用をまとめる ・焼きそばと肉を一緒にするとワンアクション ・食器にラップをかけず、ふた付容器にする
E	・中身がわかりづらい	・透明ケースに入れる ・朝食用をカゴにまとめる ・断捨離で冷蔵庫に入れる必要のない物はいれない(7割収納、整理整頓！)



第2部

食品ロスを減らす！ 冷蔵庫収納と食品保存

TVでも活躍中の料理研究家・食品ロス削減アドバイザーの島本 美由紀 氏を講師に、食品ロスに焦点をあて、効果的な冷蔵庫収納と無駄のない食品保存の方法について講義をいただきました。SDGsにからめたクイズや実生活に直結した冷蔵庫の使い方や食品の保存方法等は、とても分かりやすい説明で実行しやすく、とても好評でした。また、講義のあとのワークショップでは、実際の冷蔵庫内部の写真を基にA～Eの5グループに分かれて、改善点を整理し発表し、優秀なグループには、講師の島本氏より著書が贈られました。



島本 美由紀 氏の講義の様子

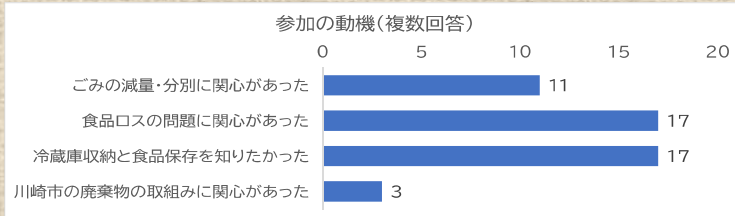


各グループのワークショップの様子



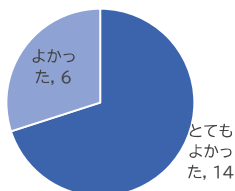
各グループの発表の様子

第3回ごみゼロカフェ 参加者の感想



第1部(川崎市からの情報提供)

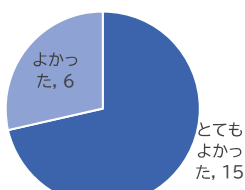
第1部の感想



- ・コンパクトな説明で資料もちょうどいいサイズ。
- ・なるべくごみ削減に努力したい。
- ・一人暮らしはロスが多くなる。

第2部(講義&ワークショップ)

第2部の感想



- ・家に帰ったらすぐに実践したいと思う。
- ・冷蔵庫の中身を見直してきれいになりたいと思う。
- ・わかりやすく楽しかった。ワークにより実践的に学べた。
- ・具体的でわかりやすくとても参考になった。
- ・自分とダブるところがあり話がすべて頭に入り、帰宅したら行動に移そうと思った。
- ・収納についてわかっているつもりでも改めて参考になることが多かった。
- ・すぐに役立つ情報、知恵をいただいた。
- ・整理の仕方がよく分かった！
- ・もやしの再生方法を知った。冷蔵庫の使い方を改めて知った。
- ・買い物前に冷蔵庫チェックを実行したいと思う。
- ・ワークショップがたいへんだった。
- ・発表時間が短かった。
- ・勉強になった。
- ・新聞、テレビで色々紹介されるもの、メモし保存し何度も聞くことで頭に入る。



その他意見・要望等

- ・すぐにできることがたくさんあり、帰ったら整理しようという気持ちになりました。ありがとう、楽しかった。
- ・楽しいワークショップでした。
- ・本日はとても学びのある一日になり、ありがとうございました。
- ・物価高騰で何をどう節約し無駄なく効率よく生活するか、食べ物だけでなく日常の生きがい、楽しみ方とは。

今後希望する講座等

- ・冷蔵庫の整理について(もっと時間がほしい)
- ・フードバンクについて
- ・紙ごみについて
- ・プラごみ削減策
- ・生ごみに限らず衣類、紙類、プラごみについても詳細に教えて欲しい。
- ・ミツロウラップの手作り講座



～ごみゼロカフェサポーターになりませんか？～

“ごみゼロカフェ”は、様々な市民が施設見学や講師からのお話を通して、ごみの減量化・資源化について考えるイベントとして年3回開催します。カフェのようにくつろぎながら意見交換し、ごみの減量化のアイデア出しをしていきます。“ごみゼロカフェ”では、ワークショップの進行や受付等運営のお手伝いをさせていただく“ごみゼロカフェサポーター”を募集しています。

▼サポーターの詳細はこちら▼

川崎市ごみゼロカフェ



令和4年度は
3名の方に
ご応募いただき
ご活躍いただきました！

お問合せ先

川崎市環境局生活環境部減量推進課
TEL:044-200-2580 FAX:044-200-3923 E-Mail:30genryo@city.Kawasaki.jp