



エコレポート



～ 食品ロスのさくげんへ

○世界中で毎年大量の食品が捨てられていて、その約30パーセントは実に食べられている部分が捨てられているというデータがあります。野菜の皮もその一つです。そこで、私が自分の家で取り組めることはなにか考えてみました。

野菜の皮を使ったレシピ

① にんじんとごぼうの皮きんぴら

材料・ごぼうの皮：1本分

・にんじんの皮：2本分

・ごま油：小さじ1

・しょうゆ：小さじ1

・みりん：小さじ1

・さとう：小さじ1/2

作り方

①皮をよくあらって、細ぎりにする。

②中火でいため、しんなりしたらAをくねえり。



① ジャガイモの皮チップス

材料・ジャガイモの皮：2二分

・オリーブオイル：大さじ3

・しお：少々

作り方

①ジャガイモの皮をし、かりとあらう。

②オリーブオイルをね、し、その中に皮を入れてあげる。

③しおをいって完成。



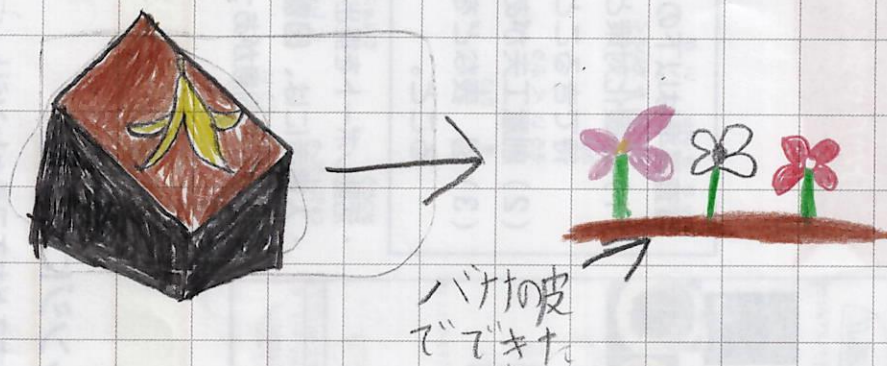
取り組んだ感想

さいしょは、皮をおいしく食べられるか不安だったけど、おいしかったので、これから食品ロスのためにも作りたいです。



REDUCE

私は、家でしている取り組みがあります。それは、バナナの皮を土と混ぜて土を作っています。その土をガーデニングで利用しています。



4Rについて

4Rは、REFUSE、REDUCE、RECYCLE、REUSEです。それぞれ意味がちがいます。

REDUCEは、ごみの量をへらすためにかじょうほうをよけたり必要なものだけをこう入したりごみになるものをづきるだけ少なくする行動です。

RECYCLEは使えなくなったものをしげんとして再利用する行動です。

REUSEは、一度使ったものをくりかえし使う。つめか用せいひんを利用するなどです。

REFUSEは不用品はもらわない、買わない、必要以上のものを買わないなどです。

二酸化炭素をぎゅうしゅうする物

森林は、木々や植物は光合成によって二酸化炭素を吸収し、酸素を放出します。特に森林は地球上で最も二酸化炭素を吸収する場所の一つです。

まとめ

京都の方が温度が高いのは、森林の多さが、関係しているかと思いました。

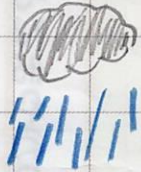


地球温暖化について

<地球温暖化とは…>

人間の活動のせいで、空気中の二酸化炭素などがふえて、地球の温度が上がることです。二酸化炭素がふえていく活動(人間の活動)は、石炭や石油(化石燃料)を燃やす、森林伐採などが挙げられます。特に森林は、二酸化炭素を吸収するしくみがあります。しかも木が育つのにとても長い時間がかかります。

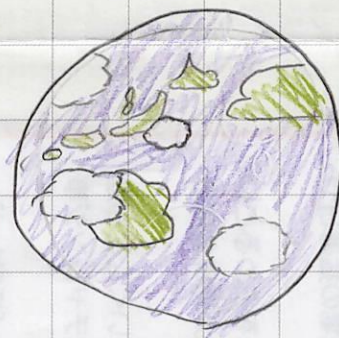
地球の温度が上がると…



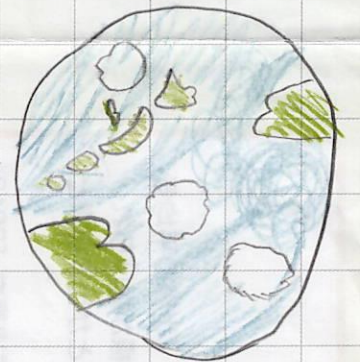
県の特産物の梅やみかんが品質が悪くなり、たまた大雨のふる日が多くなり、熱中症になる人が増えるなどのえいきょうがでてきます。

<悪い地球がよい地球にする方法>

- ・ペットボトルをリサイクルする。
- ・たぐはいの荷物を一回で受とる。
- ・スーパーとかで、ビニールぶくろやプラスチックのスプーンやフォークをもらわない。



悪

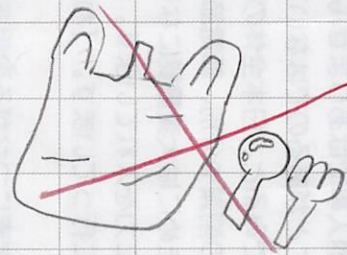


良

↓ ためには



マイバックを持ておく!



- ・こまめに水をとめる。
- ・プラスチックをあまり使わない。

まとめ

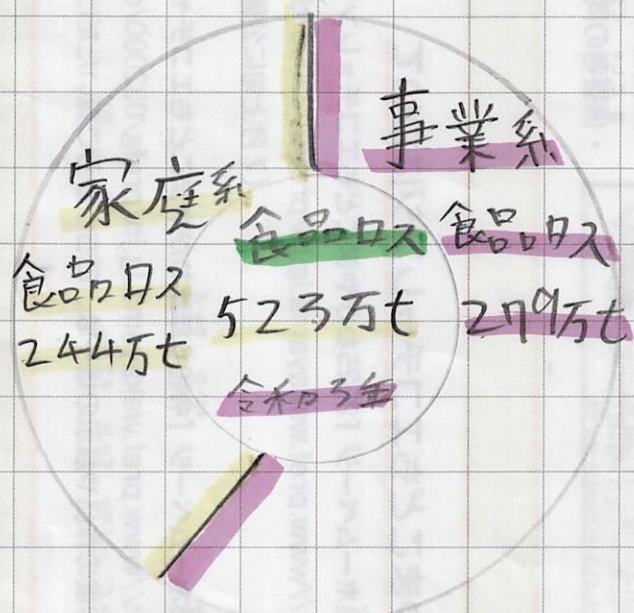
これからは、よい地球にするための方法をとることも多いと思います。チャレンジシートのことを思い出して、エコチャレンジをしたいです。ガスを出さないように、たぐはいは一回で受とて、歩けるきよりは、歩くようにしたいです。



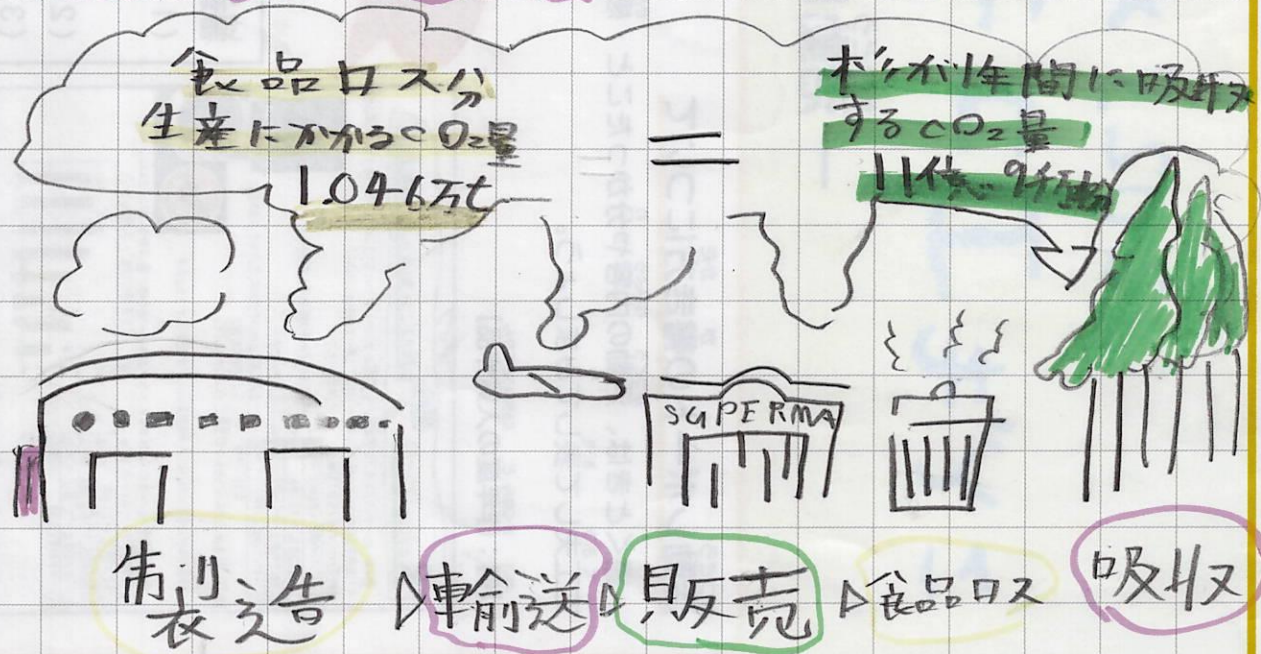
食品ロスでCO₂がふえる、食べ物を無駄さない！

私は、食品ロスで、CO₂が出ると初めて知り調べることになりました。

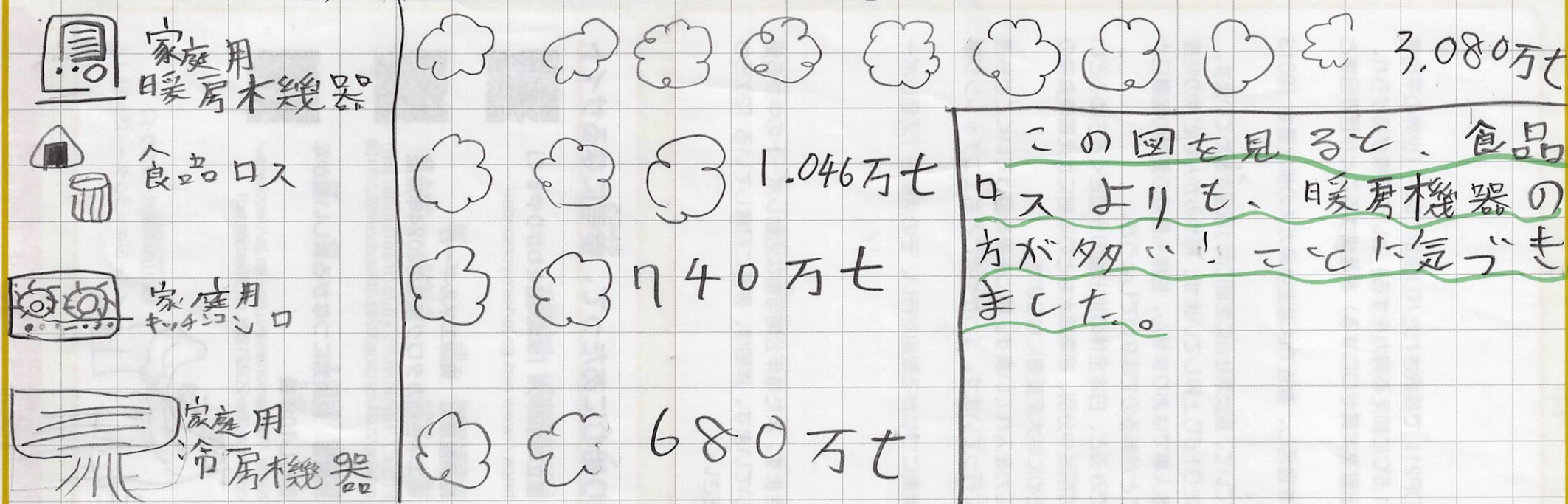
国内の年間食品ロス量



① CO₂ は1年間で約38kgになり国民一人がおにぎりを目1個捨てていることと同じ量



身近なものとのCO₂年間排出量比較



① 世界中で、おにぎり1こ分もすてられており、1年間で約38kgにもなる量をすてられていることが分かりました。それに、私は、食品ロスだけでなく、暖房機器が一番CO₂が出ることも知れました。

これからは、私も食べ物をのこさないように食べたいと思いました。

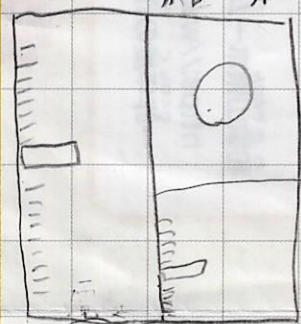


エコ活動

夏休みになり私ができるエコ活動を考えて、実際にやってみました。

① 食品ロス 食べられるのに捨てられる食品のこと。
日本の家庭から出る食品ロスは、約244万トンで一人毎日おちわん1杯の分量を出している。1年にするとものすごい量が捨てられていると思った。だから私は、買い物では、おかしなどは食べられる量を買うことを心がけた。私の家では、ハラスターをかつているので、野菜のかわなど食べられない所はえさにした。

② 電気をこまめに消す。
消し忘れないように、電気のスイッチの所にマークをつけた。その結果、電気を忘れて、注意されることがあった。

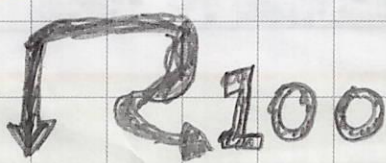


電気をしっかり消す。

エコマーク



グリーンマーク



③ 節水に心がける。
お風呂のとき手をあらうとき、歯みがきをするとき水を、出しっぱなしにしないで、水を止める。
歯みがきの時、水を出し、っぱなしにすると、1分間で約12Lの水が流れる。だから私は、コップを使っている。

④ エコマークの文房具を調べた。
調べて見るとノートやけしゴム、えんぴつなどたくさんあった。今までには、気づかずに使っていたけどこんどからは、その文房具を選んで使おうと思った。

まとめ

調べて見ると、自分ができるエコ活動がたくさんあって実際にやってみると、やる前は、ものすごいゴミを出していたけどやると、前よりゴミの数が減った。



ごみはどれくらいでているか



〈ごみはどれくらいでているかランキング〉(京都市)の2013年度

1位 糸島 89,567t 2位 生ごみ 68,035t

3位 プラスチックゴミ

〈ごみが出ているところ〉

1位 東京都

528トン

2位 大阪府

423トン

3位 神奈川県

343トン

4位 愛知県

294トン

5位 埼玉県

272トン

〈ゴミを出すときの分け方〉

(京都市) 思ったこと

〈この表で気づいたこと〉

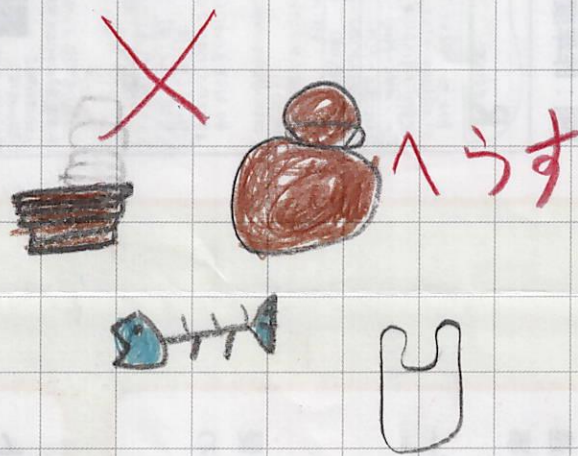
もやすゴミがたくさんある。もやすゴミ

もしげんごみの差が

大きい。もやすゴミ

を日常から使ったり

ようにする。



もやすゴミ しげんゴミ 大型ゴミ その他ゴミ

〈ゴミをへらすためには〉

ゴミになるものを買わない。マイバックを使用する。つめ替え用品をできるだけ。ほうそうを断る。使いすぐせり品をへらす。食材を使い切る。(皮やしんまで使、て食べる)。生ごみの水分をしっかりと切、てからする。食べ残しをへらす。(全て食、てかみ食する)。不用になったものをリサイクルショップで売、たり、きふ、したりして再利用する。お糸氏をリサイクルに出す。

今日調べて分かったことか思ったこと

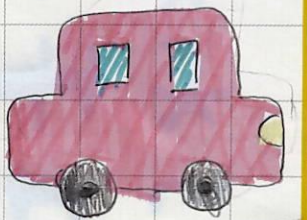
ぼくは、もやすゴミがタリと分かりました。その他にも、ゴミをへらすためにマイバックを使用することが分かりました。ぼくは、これから、今日調べて分かったことか、水もこまめに止めることなどをして、地球を守っていきたいです。



私達は活動する中でどれだけの
二酸化炭素を出しているのかな？

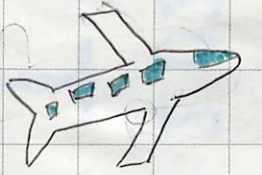
車で1kmを動いたとき

130g



飛行機で1kmを動いたとき

98g



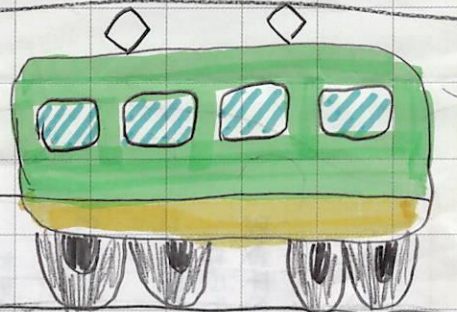
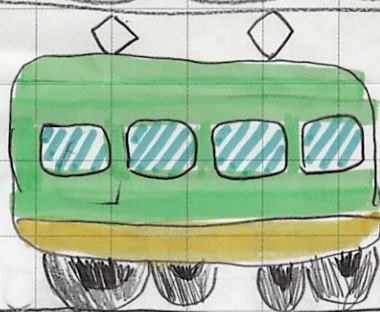
バスで1kmを動いたとき

57g



電車で1kmを動いたとき

17g



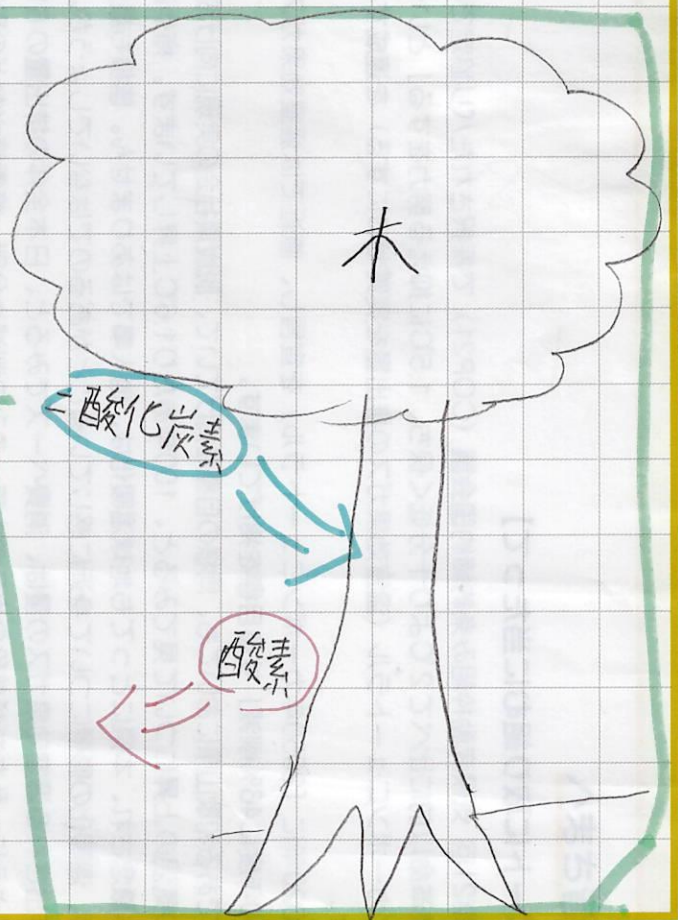
木がなくなるとどうなるのかな？

木は二酸化炭素を出して酸素だす働きを
しています。その木がば、さいされてなくな
ってきいています。木がなくなると二酸化炭
素が増えてきてしまいます。地球温暖化が
進みます。

環境にいい移動手段

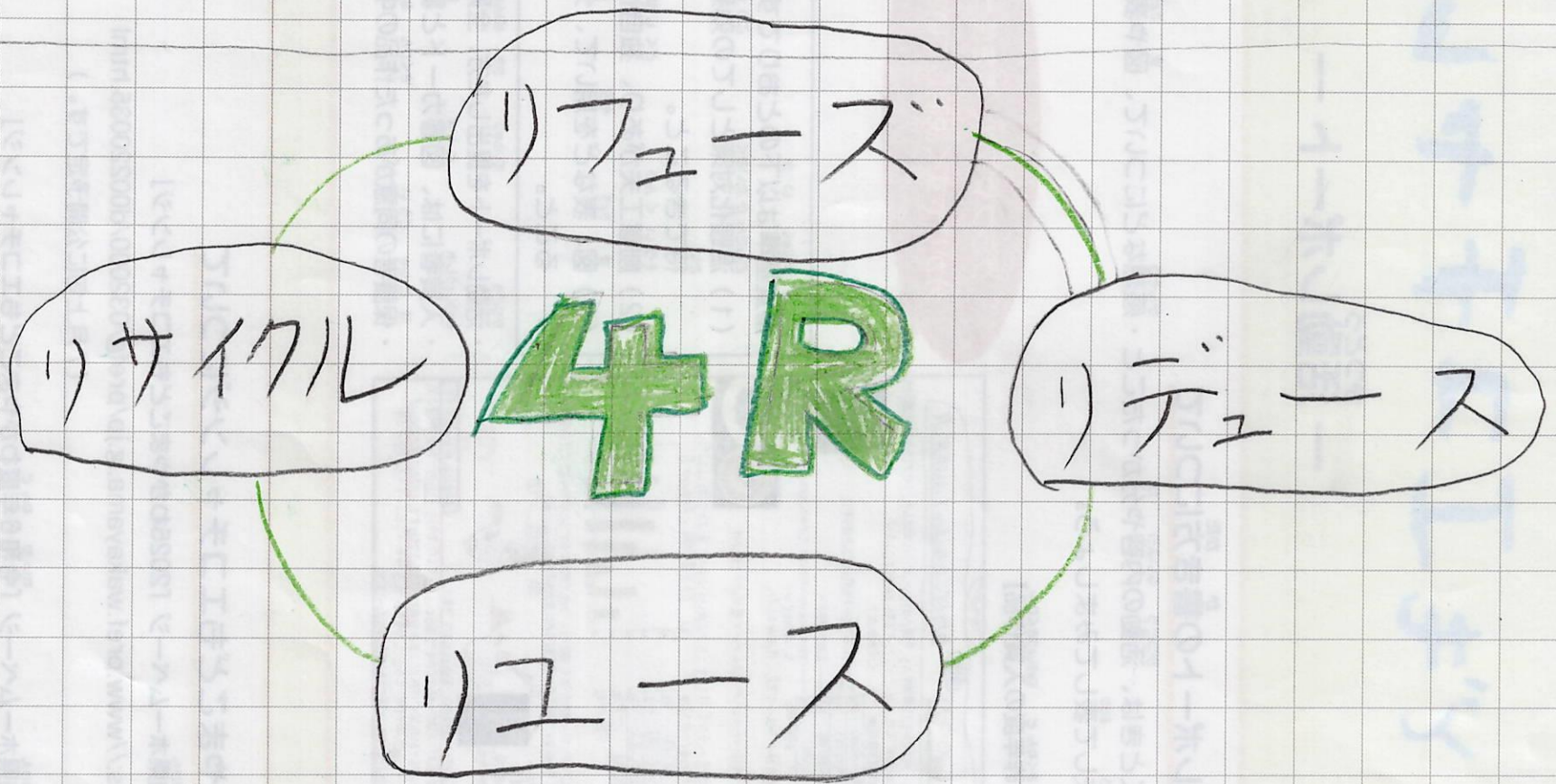
徒歩、自転車、電車

短距離の旅行では、車の代わりに自転車
を利用することで二酸化炭素の排出量を
約75%削減することができます。





家でできる4R活動



1) フューズ 断る

・買い物時はエコバッグを持つ。

2) デュース 減らす

・ご飯を残さず食べる。

3) ユース くり返し使う

・シャンプーや洗ざいづめかえ用を買う。

4) サイクル 再生利用する

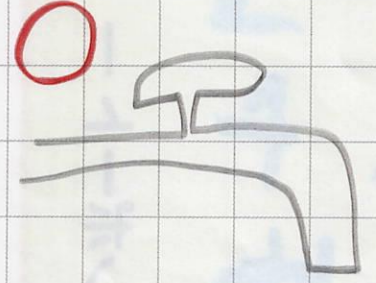
・はい品回収に参加する。



しっかり節約しよう

節水をする

手洗いの水や、お風呂のシャワーなど、水を流すのを、必要に止めること。また、水を出っぱなしにしないこと。



節電をする

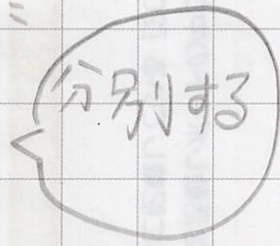
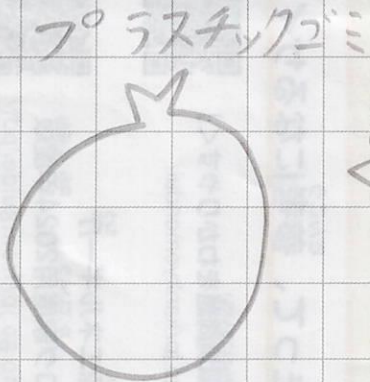
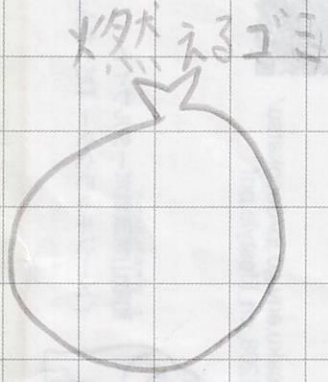
冷房の設定温度をふかめにすること。家で、照明を使う時間を減らすこと。



ゴミ削減・分別する

ゴミ削減は、買う量や使う量を減らし、ごみとなるものを減らすこと。

分別は、燃えるゴミや、プラスチックゴミなどに分けること。



感想

節約をすることで、みんなが快適に過ごすことができ、環境を良くすることができました。