「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動レポート

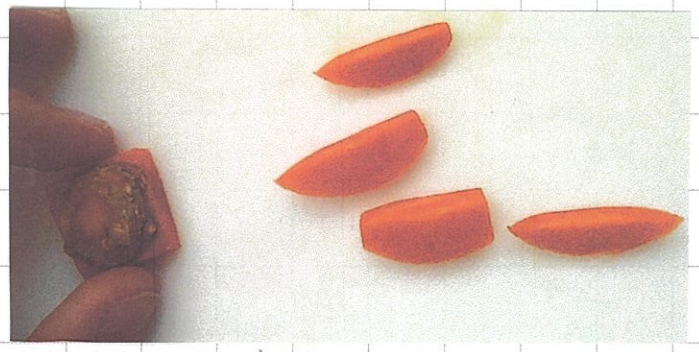
野口 小学校 6 年 名前 大川蒼太
※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

無駄のない野菜の切り方

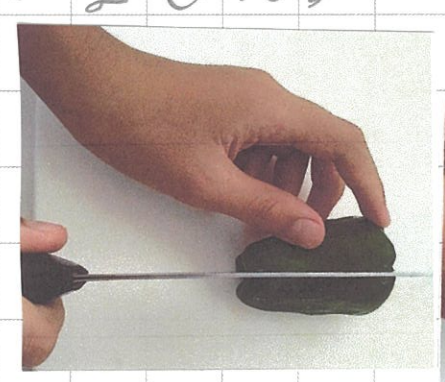
家庭における食品ロスの発生

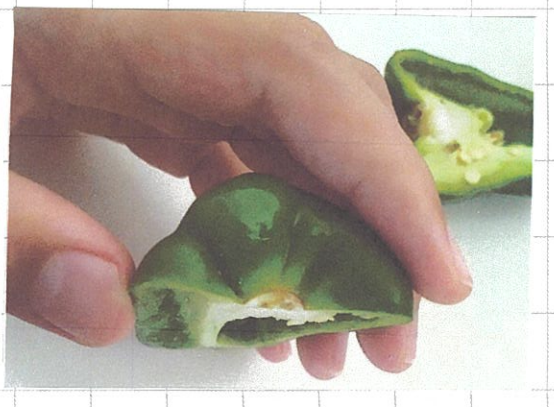
- 食べ残し
- 廃棄(期限切れなどにより使用しないまま)
- 過剰除去

家庭で発生する食品ロスの半分以上が、過剰除去によるものだということを知りました。なので無駄のない野菜の切り方を身につけて、普段捨ててしまう部分を上手に活用できるようになりたいと思いました。

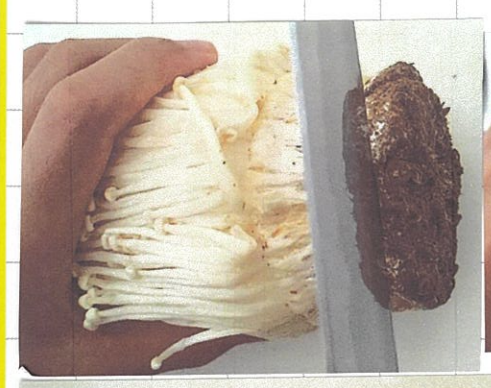


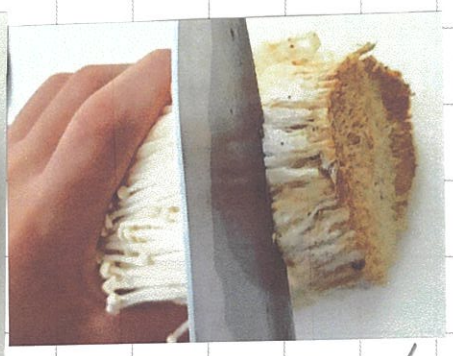
<にんじん>
葉のつけねをなるべく
うすく切ってヘタだけを
捨てる





<ピーマン>
タテに半分に切る
ヘタの部分だけ外側
から内側にもぎとる





<えのき>
オガコのついた石づきをカット
石づきの上部は輪切りにして、
「株ステーキ」をつくれる

<しめじ>
手で株を半分にわる
石づきをなるべく
カットする





食品ロスを出さないように、残さず食べるとか、出てしまった生ごみはできるだけ減量するなど、一人ひとりの心がけで減らすことは可能です。小さな積み重ねが大事だと思いました。

「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動レポート

野口 小学校 6年 名前 小森 美緒
※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

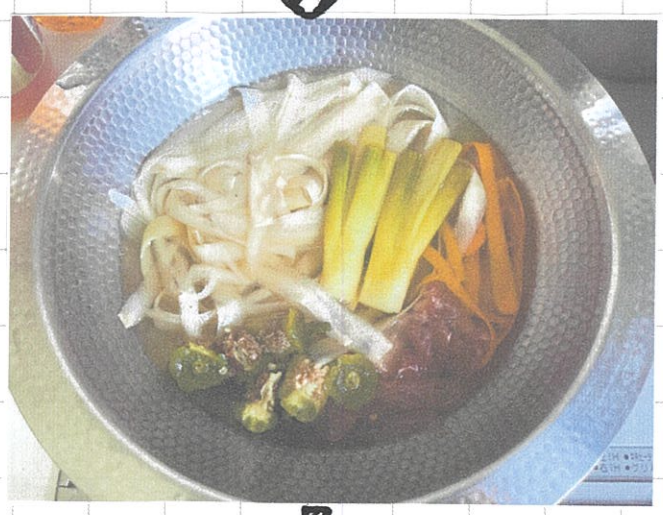
食品ロスを減らそう!?

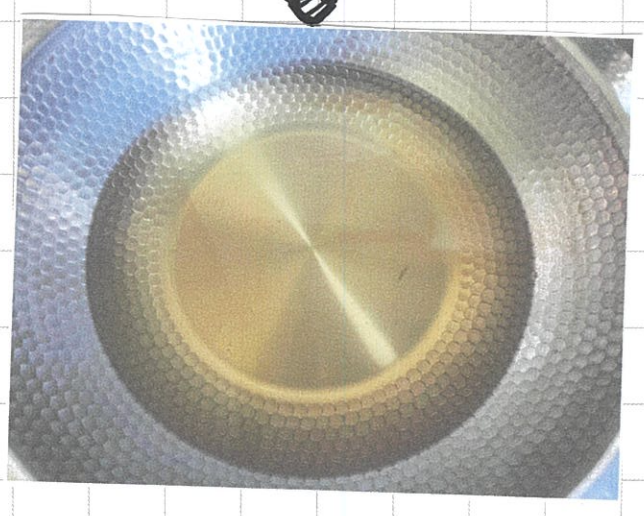
私たちの家では、食べられるのに捨てられてしまう食べ物があります。普段なら捨ててしまう野菜の皮などを活用して料理を作る「エコ料理チャレンジ」をすることにしました。食べ物をムダなく使うことで食品ロスを減らし、地球にやさしい料理をすることが目的です。

○今回使った食材○
- 大根の皮
- ニンジンの皮
- 玉ねぎの皮と切れはし
- 白ねぎのあおい部分
- ピーマンのへたとタネ



○作り方○
1. 野菜の皮などをなべに入れる。
2. 食材がかぶるくらいの水を入れて火にかける。
3. 30分ほどコトコトにる。
4. ざるでこしたら完成。





○まとめ○
できたスープに少し塩を足して味見すると、野菜のやさしい味がしてポトフのようでおいしいと思いました。「捨てる物」だと思っていた部分でもおいしい料理にできることがわかりました。今回の「エコ料理チャレンジ」を通して、特別な道具やお金を使わなくても毎日の料理でエコ活動ができることに気づきました。他のエコメニューにも挑戦したいです。

「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動レポート

野口小学校 6年 名前 坂口心望

※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

食品ロスって何んだろう？

食品ロスとは、売れ残りや食べ残し、賞味期限切れなど食べられる食品を捨ててしまうことは、もったいないだけではなく環境や経済に関わる問題もはらんでいます。

世界の食料支援量よりも多い日本の食品ロス量

日本の1年間の「食品ロス量」
約523万トン

←約1.2倍

国連WFPの1年間「食料支援量」
約440万トン

食品ロスが与える影響とは？

ゴミ処理費用が増大、
CO2排出で環境にも影響

食品ロスを減らすために自分自身ができること

- 食べきれる量を作る・頼む。
- 買ってすぐ食べるなら、「てまえどり」をする。

「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動レポート

野口　小学校　6年　名前 早見　栞希
※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

今日からできる、5つの地球温暖化対策

地球温暖化の原因であるCO^2の排出を可能な限り減らすために



1. 節電、節ガス
・使用していない部屋の電気をこまめに消す
・エアコンやヒーターは温度調節・タイムーを適度に使う

2. 節水
・食器の油よごれをふき取り、食器洗いの時間を短縮する
・洗濯物はまとめて洗う

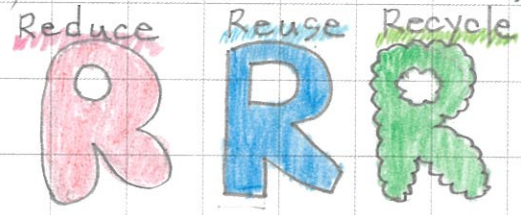


3. フードロスを出さない
・家でも外食でも食べ残しをしない
・食材を買い過ぎない



4. プラスチックや過剰包装をさける

5. 3Rやリペア、リメイクを実践してごみを減らす
3Rとはリデュース、リユース、リサイクルのこと。
不要になった物はリサイクルや修理、リメイクなどて活用して。
できるたけごみを出さない



まとめ
地球温暖化は今このしゅん間も進行している。
これ以上の温暖化をさけるためには、CO^2の排出量を減らす必要がある。これを減らせるかどうかは私たち一人ひとりの行動にかかっている。
今日からできるCO^2の排出を減らすための行動を一つずつ、積みかさねていこう。