会津侍
若松っつん

保存版

ごみ減量ガイドブック

今日からやるべし

ごみ減量 10の掟（おきて）

どもっ、若松っつんです!!

ごみ減らしてくんしょ~!!

会津若松市

掟1 ごみの現状を知るべし

若松っつん ごみ減量隊長に任命！

どもっ！会津若松市公認キャラクター
「会津侍 若松っつん」 ですっ！
この度、**ごみ減量隊長**に任命されました！
何やら会津若松市のごみ排出量が大変な事態になっているとのこと。
まずは、 ごみの現状を教えてくんつぇ！

会津若松市のごみは多いの？

生活系ごみは全国ワースト４位

令和４年度一般廃棄物処理事業実態調査で、本市の１人１日あたりの生活系ごみ排出量は、同規模232自治体中、**全国ワースト４位**、**県内最下位**でした。
生活系と事業系の合計では、全国ワースト10位となっています。

○１人１日あたりの生活系ごみ排出量

229位	会津若松市	784グラム	ワースト４位
１位	掛川市（静岡県）	478グラム	本市の６割
全国平均		620グラム	本市の８割

ごみを減らすとどんな良いことがあるの？

地球温暖化防止

天然資源の節約

ごみ収集経費の抑制

処理施設の規模縮小

埋立処分場の延命化

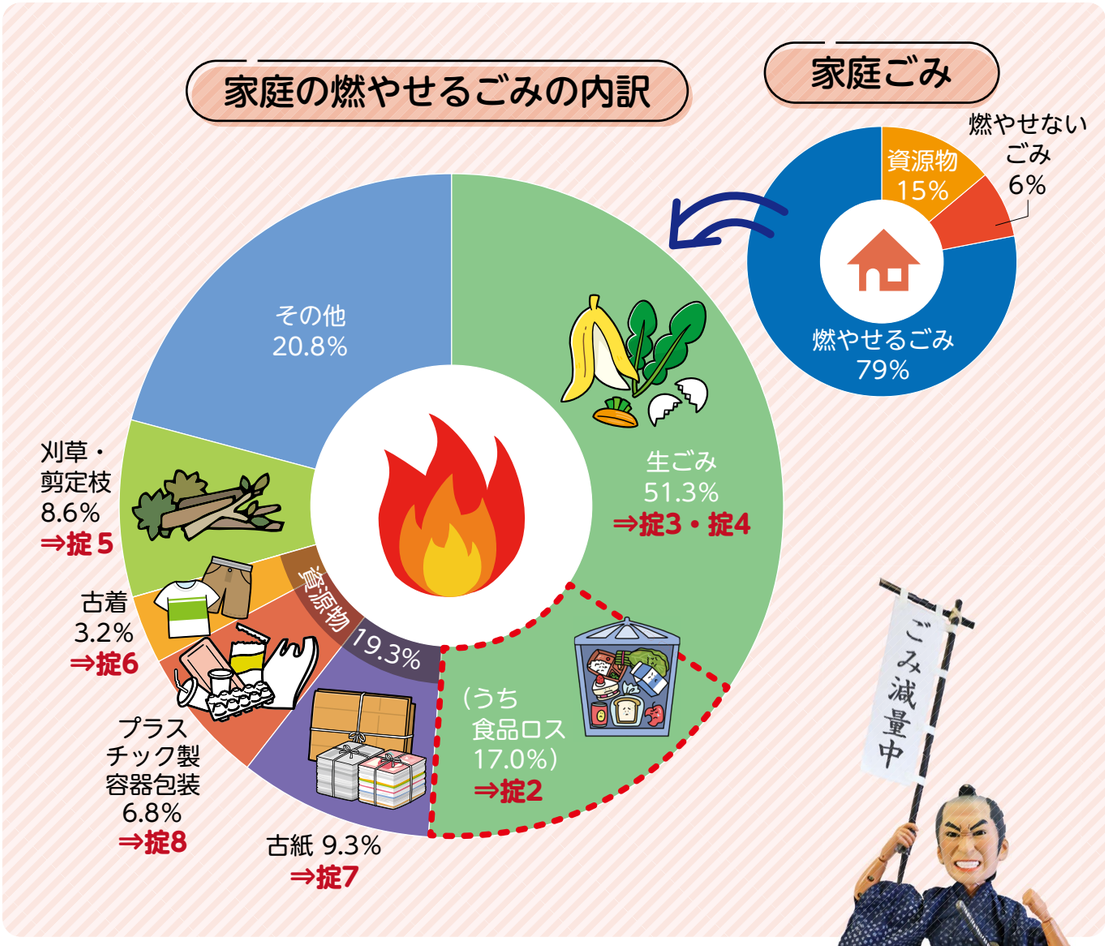
将来世代の負担軽減

家庭ごみ分析（令和５年度）

ごみ減量のカギは燃やせるごみです

家庭から出るごみの79%は燃やせるごみです。また、燃やせるごみを分析したところ、
生ごみが51.3%、資源物が19.3%、刈草・剪定枝が8.6%
含まれると推計されました。

燃やせるごみは**生ごみ対策**と**資源物の分別**で減量できます！



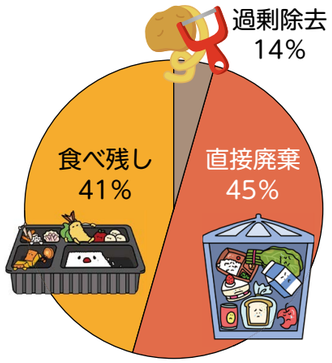
ごみの現状は大変だな～
でも、 家庭ごみの分析結果から、
なんとか減量できる気がしてきましたぞ！
ごみを減らすと良いこともたくさん！
みんなも協力してくんつぇ！

掟2 モッタイナイ！食品ロスを削減すべし

知ってる？食品ロス事情

「食品ロス」とは、本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことで、家庭から出る生ごみの約３割を占めています。
本市の家庭から出る生ごみは、１年間で約11,000トンと推計されるため、食品ロスは約3,600トンも発生すると考えられます。
これを市民１人あたりに換算すると、**毎日みかん（小）１個分（約 87 グラム）を捨てている**ことになります。（みかん小 87グラム×人口114,520人×365日＝約3,637トン）

家庭での食品ロスの原因は？



家庭で発生する食品ロスの状況と割合
（農林水産省及び環境省「令和４年度」推計より作成）

主な原因は、以下の３つです。
○買いすぎや期限切れ等で、手つかずのまま捨ててしまう
「直接廃棄」
○料理を作りすぎて食べきれずに捨ててしまう
「食べ残し」
○野菜の皮や茎など、食べられるところまで厚くむいたり切って捨ててしまう**「過剰除去」**

手前（てまえ）どりを実践しよう！

「手前どり」とは、商品棚の手前に並んでいる賞味・消費期限の短い商品を選ぶことです。
この「手前どり」によって、手つかずのまま捨てられる食品ロスを減らすことができます。
すぐに食べるときは「手前どり」を実践しましょう！

くらしの中の見直しポイント

❶買いすぎない 注文しすぎない　❷使いきる　❸食べきる

買い物編

買い物前に、家にある食材をチェックしよう

使いきれる、食べきれる分だけ買おう

手前どりを実践しよう

外食編

食べられる分だけ注文しよう

料理が余ったら持ち帰ろう

保存編

冷蔵庫を整理し、食品の残りを「見える化」しよう！

ローリングストックで、食材をムダにしないルールを作ろう

冷凍保存をうまく使おう

週１回、鍋やカレーなど食材をたくさん消費できる料理を作り、冷蔵庫に眠る食材を一掃しよう

調理編

夕飯がいらない場合は早めに連絡するなど、家族で作りすぎないためのルールを話し合おう

残った料理はリメイクして、楽しくおいしく食べよう

おきて掟3 生ごみは「キエーロ」で分解すべし

キエーロって何？

◀キエーロについて市ホームページで公開しています

キエーロとは、土に穴を掘って生ごみを入れて土と混ぜることで、微生物が生ごみを分解する仕組みです。キエーロ葉山代表 松本信夫さんが考案しました。
家庭から出る生ごみはキエーロを使って分解しましょう。

長　所

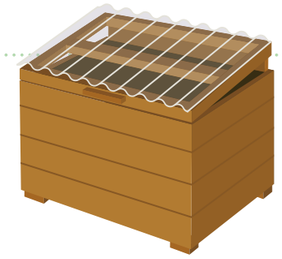
- 臭いや虫が発生しにくい
- 水切りが不要
- ほとんどの食材が投入できる
- ランニングコストがゼロ
- 投入を続けても土の量が増えない

短　所

- 温度に依存しているので、冬場は分解速度が低下する
- 設置場所の問題（日当たり、スペース）

キエーロはどこで手に入るの？

現在市内では販売されておりません。インターネットなどで商品として購入する場合は、市の補助対象となります。補助を受ける場合は、購入前に申請が必要です。



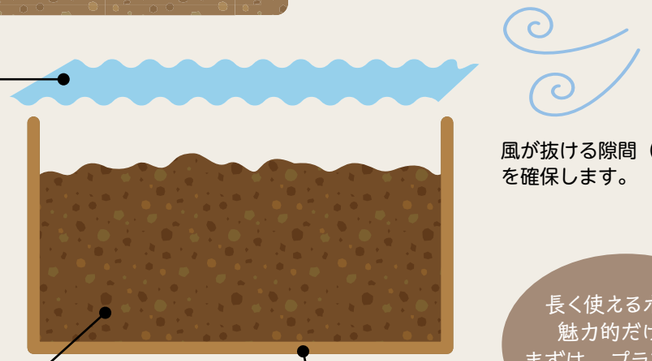
キエーロは簡単に作れるの？

収納ケースやプランター、木箱など自宅にあるものを活用した簡易的なキエーロや、木材や合板で自作する本格的なキエーロなど、いろいろなタイプのキエーロを作ることができます。
キエーロの製作が面倒であれば、自宅の庭や花壇に穴を掘って生ごみを埋めてもキエーロと同じ効果があります。

キエーロの作り方

自宅にある容器と土でスタートできます。
専門的な知識や特別な道具は不要です。

日当たりがよく、風通しのいい屋外に設置します。



[その他、用意するもの]

- ●スコップ
- ●生ごみ保管用のフタ付き容器
  （家にある容器やタッパーで OK）

キエーロの使い方は？

1 生ごみをためる

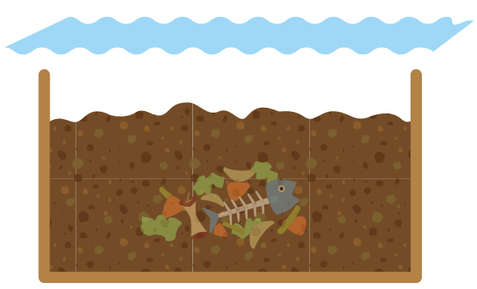
調理くずや野菜の皮、芯などをできるだけ小さく刻み、フタ付き容器にためておきます。肉や魚などの傷みやすいものや気温が高い時期は、すぐにキエーロに埋めてもかまいません。

2 キエーロに生ごみを埋める

キエーロに深さ15~20㎝程度の穴を掘り、生ごみを投入します。まずは200g程度からスタート。大きな容器ほど多くの生ごみを投入できます。空気を入れるようにザクザクと土と生ごみをよく混ぜ合わせ、土が乾いていたら少し水分を加えます。

3 微生物が生ごみを分解

生ごみが表面に露出していたり、水分が多すぎると臭いが出て、虫が寄ってくる原因になります。乾いた土でしっかりとフタをするように覆いましょう。キエーロは日当たりがよく風通しのいい場所に置くようにしてください。



4 生ごみが分解したら次を埋める、の繰り返し

生ごみによって差はありますが、分解時間は夏場なら約５日間、冬場なら約２週間程度です。分解が終わったら土にたっぷり空気を入れるように混ぜ合わせ、次の生ごみを投入することを繰り返します。毎日生ごみを入れる場合、５～６か所をローテーションできる大きさが必要です。

はるばる会津に来てくださった
考案者の松本さんにいろいろ聞いてみましたぞ！

キエーロの大事なポイントは何ですか？

- 生ごみと土をよく混ぜましょう
- 生ごみに適度な水分を加えましょう
- いろいろな生ごみを入れると微生物が増えます
- キエーロはできるだけ大きな容器ではじめましょう
- 気温が低下する冬場に分解を進めるには、生ごみを小さくすることや微生物の活動を助けることが有効です
  - 小さく切るか、フードプロセッサーを使う
  - 廃食用油、米ぬか、竹チップを入れる
- キエーロは、とりあえず何でも入れてしまう少しさぼりがちな人のほうが長続きします

難しく考えないで
やってみましょう
コツは使いながら
身につきます

キエーロ葉山 代表
松本信夫さん

どんな生ごみが分解しやすいですか？

【分解が速いもの】
肉、魚、食べ残し、麺類、
廃食用油など

【分解が遅いもの】
野菜や果物の皮、根菜類、とうもろこしの芯、
卵の殻など

【ほとんど分解しないもの】
水分のない皮（玉ねぎの皮など）
大きな骨、大きな種、貝類など

わたくしもごみ減量隊長として
今日からキエーロで生ごみを減らしますぞ！

掟4 自分に合った生ごみ減量方法を探すべし

生ごみ処理容器

キエーロ

土に穴を掘って生ごみを入れて土と混ぜることで、微生物が生ごみを分解する仕組み。庭や畑だけでなく、ベランダや軒下でも使える。

特徴
- 臭いや虫が発生しにくい
- 夏は5日間程度で分解できる
- 自作できる
- 土が増えない（堆肥としても利用可）
- ランニングコストがゼロ
- 気温が低いと分解が遅くなる
- 販売品が少ない

コンポスト

庭や畑に置き、生ごみを入れて堆肥化する容器。

特徴
- 安価で手軽
- 堆肥化して野菜や植物の栽培に役立つ
- 臭いや虫が発生することがある
- 分解に時間がかかる

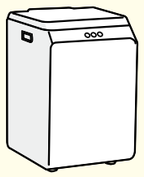
バッグ型コンポスト

ベランダや屋内などに置き、生ごみを入れて堆肥化するバッグ。

特徴
- 専用バッグと基材が必要
- 基材（中身）を定期的に購入して、入れ替える必要がある
- 堆肥になったら、土を入れて野菜を育てられる
- 臭いや虫が発生することがある

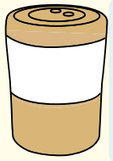
生ごみ処理機

電動生ごみ処理機（ハイブリッド型）



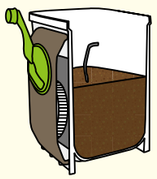
特徴
- 入れるだけで作業が楽
- 臭いや虫が発生しにくい
- 購入費が高額
- 電気代がかかる

電動生ごみ処理機（乾燥式）



特徴
- 処理が速い
- 購入費が高額
- 電気代がかかる

手動式生ごみ処理機



特徴
- 電気代がかからない
- 購入費が高額
- 電動に比べ日々の手間がかかる

市の補助金が活用できます

購入前の申請・交付決定など補助を受けるには要件があります。詳しくは廃棄物対策課まで。

①家庭用生ごみ処理容器 ･･･（子育て世帯枠）補助率2/3 ・上限4千円
②　〃　･･･････（一般枠）補助率1/2 ・上限3千円
③家庭用生ごみ処理機 ･･･････補助率1/4 ・上限1万円

※令和6年4月1日現在

掟5 刈草・雑草は天日で乾燥させるべし

刈草・雑草は2日間、天日で乾かしてから出してください

刈った・むしった草は、乾燥後、土や砂を払ってから出してください。

実験
①晴れた日に刈った草の重量
5キログラム
②乾燥1日後の草の重量
2.75キログラム（45%減少）
③乾燥2日後の草の重量
2キログラム（60%減少）

雨や水滴がついていると、重量が大きく増えます

雨や水滴で草が濡れていると、その分もごみの量として計量されてしまいます。同じ体積でも重さは約1.5倍になります。
ごみ処理経費は、ごみの重さで按分しているため、税金の無駄になります。

実験
①晴れた日に刈った草の重量
5キログラム
②①を水に浸してから水切りした草の重量
7.4キログラム
（48%増加）

できるだけ、堆肥化するなどして、ごみに出さないでください

刈草・雑草は、堆肥枠などを使って堆肥にすることもできます。
野菜や花を栽培している方、広い庭や畑がある方は、ごみに出さず堆肥化することで、自然に還してください。

市の補助金が活用できます

購入前の申請・交付決定など補助を受けるには要件があります。詳しくは廃棄物対策課まで。

①家庭用堆肥枠 ･･･････（子育て世帯枠）補助率2/3・上限4千円
②　〃　･･･････（一般枠）補助率1/2・上限3千円

※令和6年4月1日現在

掟6 エコでお得なリユースで不要品を生かすべし

売れそうなもの・ちょっと良いものなら…
不要品は売るかゆずりましょう

不要品をごみとして捨てる前に!

おいくら?

で売ってリユースへつなげてみませんか?

会津若松市はリユースプラットフォーム「おいくら」と連携し不要品の再利用を推進しています。

おいくらの特徴

- ✓ **大型**や**重いモノ**も買取対象
- ✓ **買取価格**を**比較**して選べる
- ✓ **土日祝日**も対応できる場合あり

おいくら 一括査定の流れ

幅広い商品がリユース可能です!

家具・家電
スポーツ・レジャー用品
本・ゲーム・CD・DVD
工具・農機具
ファッション・生活用品
携帯電話・スマートフォン
ホビー
まとめて片付け　など

詳しくはこちら

売れそうにない・デザインが古いけど状態が良いものなら…
市の古着回収を利用してください

家庭で使わなくなった古着を資源物として回収しています。

回収ボックス設置場所（12か所）

1 市役所栄町第二庁舎
2 生涯学習総合センター 會津稽古堂
3 北会津支所
4 河東支所
5 基幹集落センター（湊町）
6 大戸市民センター
7 北市民センター
8 南市民センター
9 一箕市民センター
10 東市民センター
11 中央公民館神指分館
12 廃棄物対策課（神指町南四合）

※各施設の開庁日・開庁時間内の午前８時30分から午後５時まで

回収できるもの

- 子ども服
- ジーンズ
- ジャケット
- スウェット
- ジャージ
- ズボン
- スーツ
- 短パン
- スカート
- トレーナー
- セーター
- ブラウス
- Ｔシャツ
- ポロシャツ
- ネクタイ
- コート
- ベビー服
- ジャンパー（※ダウン類不可）
- ワイシャツ

回収できないもの

- 汚れや臭いのあるもの
- 濡れているもの
- カバン
- 革製品
- カーテン
- カーペット類
- 靴
- 裁断くず
- 下着類
- 社名入りの作業着
- 社名入りの制服
- スキーウェア
- スリッパ
- ダウン類
- タオル類
- 中に綿が入っている衣類（はんてんなど）
- ぬいぐるみ
- バッグ
- 布団類（マットレス、敷き・掛け布団、シーツ等、座布団、こたつ布団、枕）
- 帽子
- 靴下
- 長靴
- 和服（着物、帯）など

出し方

○洗ってよく乾かしてから、中身がはっきりと見える「透明の袋」に入れて回収ボックスにお持ちください。
○袋の大きさは最大45リットルです。

掟7 古紙のリサイクルを徹底すべし

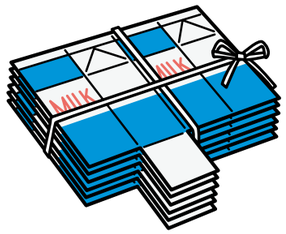
家庭から出る
燃やせるごみに含まれる
リサイクル可能な古紙の量

それぞれ分別し、紐で縛るなどして出してください

新聞紙

ダンボール

飲料用紙パック



紙パック　紙パックマークの表示があるものが対象です。

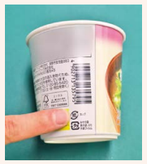
その他の古紙（雑誌・チラシ・雑がみ）

小さな紙でもリサイクル！

お菓子やメモ用紙、ラップやトイレットペーパーの芯などの**雑がみ**は、リサイクル可能な資源です。紙袋に入れるか雑誌に挟んで「その他の古紙」として出してください。

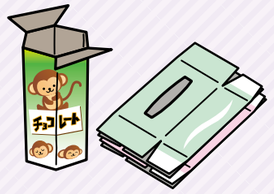
注意　紙マークの有無は、古紙に出す判断基準にはなりません

資源の有効活用を推進するために、「紙」を主要な素材として作成された容器包装には、紙マークが表示されています。
本市は、「古紙」を「再生紙」へ再資源化しているため、紙マークが表示されていても、アルミやプラスチックとの複合素材や防水加工されたものなど、紙への再生に適さないものは回収していません。
なお、古紙を燃料などに再資源化している自治体では回収しており、各自治体によって分別方法が異なります。



味噌汁のカップなど、防水加工された紙にも紙がついていますが、紙には再生できません。

リサイクルできる紙

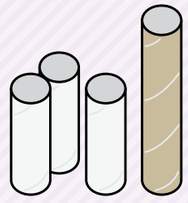


お菓子・ティッシュ
などの空き箱

はがき、封筒

メモ用紙、折込チラシ、
パンフレット、コピー紙

紙袋、包装紙

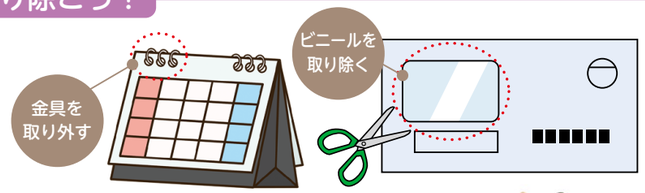


トイレットペーパーの芯
ラップ・ホイルの芯

名刺サイズの紙

紙以外の部分は取り除こう！

金属やビニールが付いている紙は、その部分を取り外して古紙として出してください。



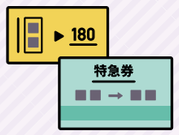
リサイクルできない紙

食品残さのついた紙
臭いのついた紙、防水加工された紙

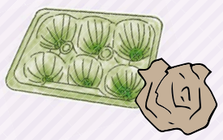
印画紙（写真）
圧着はがき

点字印刷物
感熱紙（レシート）、カーボン紙
シール、粘着テープ

金・銀の紙（ガムの包み紙等）
アルミコーティングされた容器など



裏面が黒いチケット、
駐車券など



果物類のクッション材、
商品の緩衝材など

おきて掟8 プラスチック製容器包装は洗って出すべし

プラスチックは燃えやすいから、燃やせるごみに含めると焼却燃料の節約になるって本当？

違います。むしろ、施設の短命化につながります。

ごみ焼却施設の運転に燃料は使っていません。運転中は焼却炉の温度が900℃以上になるため、ごみが自ら発火し連続で燃え続けるためです。
プラスチックが多いと、高温になり過ぎて焼却炉が傷み、補修費の増加や施設の短命化につながってしまいます。

プラスチック製容器包装は、プランターや燃料、油などへと生まれ変わりますので、分別にご協力ください！

プラスチック製容器包装ってどんなものが対象なの？

**マークがあるものは全て対象です。
マークがなくても対象になる品目もあります。**

容器や包装にプラマークがあるか確認しましょう。
果物のネットやキャップ、食品トレー、発泡スチロールは、マークがない（表示部分と別々になって見つからない）ものもありますが、プラスチック製容器包装と一緒に出すことができます。

ラベルシールが付いたものは燃やせるごみなの？

ラベルシールは付いたままで大丈夫です！

賞味・消費期限や値段などのラベルシールは、取らずにそのまま出すことができます。
食品などの汚れを洗い流してから出しましょう。

魚や肉のラップ

おにぎりのフィルム

お弁当のフタ

汚れたプラ容器は燃やせるごみなの？

今は「汚れたプラは洗って資源化する時代」です！

食品残さが付いたものや、シャンプーや洗剤のボトルなどは洗ってから出しましょう。

食器洗いの際や、風呂の残り水を使って洗うと、洗剤や水資源の節約にもつながります！

油等の汚れや臭いが落とせないプラスチック製容器包装で、軟質のものは燃やせるごみとして、硬質のものは燃やせないごみとして出してください

内側が洗えないプラ容器は燃やせるごみなの？

中身を使い切れば、プラスチック製容器包装に出せるものもあります。

内側が洗えないプラスチック製容器包装でも、プラマークが付いていて、中身を使い切ってあれば、そのままプラスチック製容器包装として出すことができます。

※外側が汚れている場合は洗ってから出してください。

掟9 簡単・便利な店頭回収を利用すべし

買い物ついでに・お出かけついでに
店頭回収を利用してみっぺ！

スーパーなどでは、紙パックや食品トレーなどの資源物を店頭で回収しています。

店頭回収は、利用するメリットがいっぱい！

POINT!!

- 買い物やお出かけのついでに出せる
- 都合の良い曜日・時間に出せる
- 忙しい朝のごみ出し作業が減る

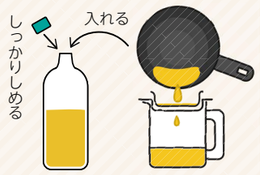
回収ボックスの設置店舗と種類

ヨークベニマル

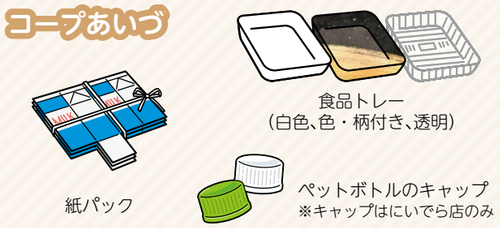
MEGAドン・キホーテUNY

リオン・ドール

JA会津よつば まんま～じゃ



コープあいづ



100年前からリサイクル アマルク

利用する皆さんへ
～これだけは守ってください～

- 飲み物の容器や食品トレーは、中身を空にして、きれいに洗う
- 回収できないもの（右図）は取り除く
- 指定されたもの以外は出さない

⚠注意 店頭回収には出せません

掟10 自分に合った方法で情報を集めるべし

減らし方・分け方を知ろう！

ごみ情報紙「へらすべぇ」

ごみに関する様々な情報を分かりやすく発信しています。

ごみカレンダー

ごみ出しの基本はこの1冊！

ごみ収集カレンダーや、ごみ出しの基本がすべて載っています。

家庭ごみ分別辞典

分別で悩んだときは…

市のホームページで品目ごとの分別を五十音順に掲載しています。

インスタグラム

脱炭素やごみ減量につながる情報を発信しています。

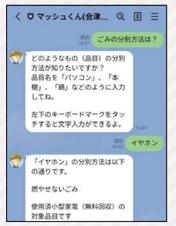
ゼロカーボンシティ会津若松
「@zerocarbon_aizuwakamatsu」

LINE

LINE の友だちに登録しよう！

【市公式アカウント】
市からのお知らせや魅力を発信しています。

LINE@ID
「@aizucity」



【マッシュくん】
ごみの分別方法や収集日など、ごみ出しの疑問に会話形式でお答えします。

LINE@ID
「@mushkunchat」

福島県環境アプリ

スマートフォンでお住まいの地区の「ごみ収集日」や「ごみ分別辞典」を見ることができます。

出前講座 ～皆さんの集まりに呼んでください～

市職員が、町内会やグループなど皆さんが集まる場に訪問して、ごみの減量や分別についてご説明します。
テーマは、「ごみの現状」「ごみの分別・減量方法」「キエーロ」など、皆さんが希望する内容の出前講座を行っています。お気軽にご依頼ください。

廃棄物対策課（27-3961）までお申込みください

ごみ減量10の掟（おきて）

掟1　ごみの現状を知るべし
掟2　モッタイナイ！食品ロスを削減すべし
掟3　生ごみは「キエーロ」で分解すべし
掟4　自分に合った生ごみ減量方法を探すべし
掟5　刈草・雑草は天日で乾燥させるべし
掟6　エコでお得なリユースで不要品を生かすべし
掟7　古紙のリサイクルを徹底すべし
掟8　プラスチック製容器包装は洗って出すべし
掟9　簡単・便利な店頭回収を利用すべし
掟10　自分に合った方法で情報を集めるべし

このガイドブックは、ご家庭で末永く保存版としてご利用ください。
不要になってしまった際には、「雑がみ」としてリサイクルいただくことが、最後のお願いです。

ごみ減量ガイドブック

令和6年（2024年）7月 発行

会津若松市 市民部 廃棄物対策課

〒965-0858 福島県会津若松市神指町大字南四合字深川西292-2

TEL 0242-27-3961 ／ FAX 0242-29-1618

E-mail　gomi@tw.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp