

10月のごみ減量月間です

毎年10月は「ごみ減量月間」です。

ごみを減らす上で最も大事なことは、ごみになる物を買わない・無駄な物をもらわないようにするなど、一人ひとりがごみの発生を少なくする取り組みを行うことです。

マイバッグを使用してレジ袋を削減するなど、できることからごみの減量に取り組みましょう。

～ごみ減量キャンペーン・アンケートを実施します～

今年は下記の会場でごみ減量キャンペーン・アンケートを実施します。

アンケートにご回答いただいた方には、「ごみ減量グッズ」をプレゼントします。皆さまのご参加をお待ちしております。

※下記は8月7日時点での予定です。詳しくは広報かつしかや区HPにてお知らせいたします。

葛飾区ごみ減量・
3R推進キャラクター
リー（Ree）ちゃん



日 時	会 場
9月20日(土) 11:00～12:00	堀切地区センター（堀切 3-8-5）
10月5日(日) 時間未定	テクノプラザかつしか（青戸 7-2-1）
10月19日(日) 11:00～12:00	亀有リリオパーク入口（亀有 3-25-1）
10月31日(金) 15:00～16:00	立石仲見世商店街（立石 1-20-4）
11月1日(土) 時間未定	柴又地域での開催を予定
11月8日(土) 14:00～15:00	みのり商店会スーパーマルセイ隣（東新小岩 7-30-15）
11月23日(日) 11:00～12:00	葛飾清掃工場（水元 1-20-1）

※10月5日(日)及び11月1日(土)開催時間・会場の詳細については、調整中です。

決まり次第、広報かつしかや区HPにてお知らせいたします。

※ごみ減量グッズは、一人1つ。グッズは無くなり次第配布終了です。

※社会情勢、当日の天候により中止や延期となる場合があります。

「ごみ減量・清掃フェアかつしか」を開催します！

日時：令和7年11月23日(日) 午前10時～午後2時

会場：葛飾清掃工場（水元 1-20-1）

ごみの減量やリサイクル、清掃の仕事について楽しく学べる「ごみ減量・清掃フェアかつしか」を開催します。清掃工場の見学やフリーマーケットなど楽しいイベントがたくさんあります。

詳細は、広報かつしか11月15日号(予定)、葛飾区ホームページでお知らせいたします。





もったいない！ 食品ロスを減らそう！

東京聖栄大学
Tokyo Seiei College

～災害と食事～

食材の無駄をなくし、ごみを減らすための提案を **東京聖栄大学** にご協力いただき掲載します。今回のテーマは「**災害時食**」です。水、レトルト食品、缶詰などの保存食品にも賞味期限があるので、ローリングストックすることが大切です。

いつ起こるかわからない災害ですが、備えておくことが大切です。災害時には、ストレスや不安を感じやすくなります。そんな時、食べ慣れたものを食べることで、心身のリラクセスに繋がります。日頃から、保存食を料理に使ってみましょう。

米を炊く（湯炊き）

作り方



耐熱袋で30分吸水させます



湯せんで加熱します

- 1 米と水は同容量を計り、耐熱袋に入れ、30分程度吸水させます。
- 2 沸いている状態の湯の中で、40分程度炊いたらできあがりです。

米と水はそれぞれ100ml程度が扱いやすいです

味付き飯

災害時の作り方

平常時の炊飯器での作り方



袋のまま食べることができます

- 1 米と水は同容量を計り、耐熱袋に入れ、30分程度吸水させます。
- 2 1の袋に焼き鳥の缶詰、鯖の味噌缶詰等を適量加えて、白米同様に炊いたらできあがりです。

- 1 米（2合）を洗米し規定の水量で吸水させます。
- 2 1に焼き鳥缶詰（80g）程度または鯖味噌煮缶詰（190g）程度をのせ、炊いたらできあがりです。

- * 缶詰などを日常的に使い、保存食を無駄なく食べることができます
- * 保存食を日常的に料理に使うことで、災害時でも食べ慣れたものを食べることができます
- * 災害時に備え、一度、災害時の作り方で作ってみることも大切です

ご飯を炊いた鍋の湯は、レトルト食品等の湯せんに利用できます。災害時は水が貴重なので、うまく利用しましょう。

災害時の食事のために、以下のものは備えておきましょう

- 1 食品の確保…米やレトルト食品、缶詰など常温で保存できるもの
- 2 水の確保 …ペットボトル、飲み水、プラスとして調理用水
- 3 火の確保 …カセットコンロ等
- 4 調理道具 …包丁、缶切り、耐熱袋等



あると便利な物

包丁・調理バサミ・缶切り・まな板・計り・耐熱袋・ラップ・アルミホイル・紙皿・箸



同じ場所に密閉できるケースに入れておくとう便利です

Ecoエコフェスタ2025を6月29日に開催しました

6月29日(日)に「Ecoエコフェスタ2025」を開催しました。
Ecoエコフェスタは、洋服交換会や体験コーナーなど、子どもから大人まで、ごみ減量や「3R」について楽しく学べるイベントです。
今年もたくさんの方にご来場いただきました。その一部をご紹介します。
今後も、かつしかエコライフプラザでは、ごみの減量につながるイベントや講座を開催します。ぜひご参加ください。

洋服交換会

「ベビー服・子ども服」&「マタニティ服」



「ベビー服等は、使用時期が短くて購入するのはもったいないという方、処分に困る方」等々が、思い入れのある洋服の交換を行いました。



体験コーナー



端材で作る
モザイクタイル♪

ペットボトルキャップで
カーリングのストーン作り！
～ミニカーリングをしてみよう！～



おがくず粘土工作♪
マスコット作り♪

「リユース家具の無料提供」や「パネル展示でリサイクルの紹介」など♪



リユース家具の無料提供♪



エコライフプラザ 9月～10月の予定



★ 社会情勢により、施設の利用時間の変更や休業、講座が中止・延期となる場合があります。
ティッシュの空箱を使った工作をしながら、ごみ減量・3Rについて楽しく学びます。

かつしか3Rサポーターの会企画「エコ工作体験」

「自由に音を奏でる ティッシュ空箱ギター」

日 時

9月17日（水）
午後3時～午後5時

対 象

区内在住の小学生

申込み

事前申込み不要
※当日直接会場へお越しください。
会場：かつしかエコライフプラザ研修室

費 用

無料

日	月	火	水	木	金	土
31	9月 1	2	3	4 家具・日用不用品 喫茶休業	5	6
7	8	9	10	11 家具・日用不用品 喫茶休業	12	13
14	15 敬老の日	16	17 ★エコ工作体験	18 家具・日用不用品 喫茶休業	19	20
21	22	23 秋分の日	24	25 休館日	26	27
28	29	30	10月 1	2 家具・日用不用品 喫茶休業	3	4
5	6	7	8	9 家具・日用不用品 喫茶休業	10	11
12	13 休館日 スポーツの日	14 休館日	15 休館日	16 休館日	17	18
19	20	21	22	23 休館日	24	25
26	27	28	29	30 家具・日用不用品 喫茶休業	31	11月 1
2	3 文化の日	4	5	6 家具・日用不用品 喫茶休業	7	8

★この他にも講座を開催する予定です。詳しくは広報かつしか、または区ホームページでご確認ください。

広報かつしかのホームページ

葛飾区

広報かつしか

検索



かつしかエコライフプラザ

〒124-0012 葛飾区立石 1-9-1（立石図書館併設）

TEL：03-3696-8225

この印刷物は、読み終わりましたら、印刷用の紙にリサイクルできます。