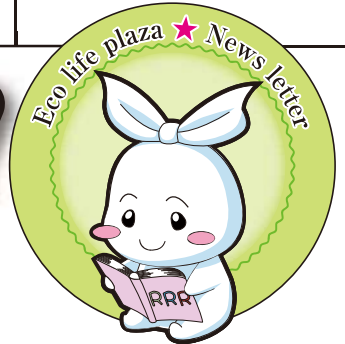


〒124-0012  
葛飾区立石 1-9-1  
(立石図書館併設)  
TEL.03-3696-8225  
編集・発行  
葛飾区リサイクル清掃課

# エコライフプラザ通信

vol.31



## 大掃除でもごみ減量!!

12月に入り、大掃除に取りかかるご家庭も多いと思います。12月は1年の中でも、ごみの排出量が多い傾向にあります。大掃除をして、大量のごみの処分に頭を悩ませるご家庭も多いのではないのでしょうか。

そこで、今回のエコライフプラザ通信では、「ちょっとの意識」でごみの減量につながる、大掃除の時の「3R」の行動について紹介します。



家にあるもので大掃除の掃除用品として使えるものはありますか？

2 ページ

**リデュース**  
Reduce

捨てるなんてもったいない！  
自分にとっては「ごみ」でも  
他の人にとっては「宝物」か  
もしれないよ！



使わなくなった日用品、  
誰か欲しい人はいないかしら？

2 ページ

**リユース**  
Reuse

混ぜれば「ごみ」になってしま  
うけど、分別すれば「資源」だ  
よ！  
資源の正しい分別にご協力を  
お願いします！



たまった紙類はどう分別したらいいの？

2 ページ

**リサイクル**  
Recycle



# 大掃除でも「3R」を意識しよう!

## リデュース Reduce

ごみのもとをなるべく出さないようにする!

○「みかんの皮」でつくるナチュラル洗剤で、キッチンの油污れを落とすことができます

- ①水 400cc に対し、みかんの皮4個分位をちぎって鍋に入れ、15分ほど煮ます。
- ②冷めたらザルで漉して、煮汁をスプレー容器などの空き容器に入れて出来上がり。  
長期保存には向かないので2週間ほどで使い切りましょう。

○茶殻で気になる部分の消臭ができます

- ①茶殻の水をよく切ってから、新聞紙等の上に広げ、乾燥させます。
- ②ガーゼ等に茶殻を入れ、冷蔵庫やげた箱など、匂いの気になる部分に入れましょう。  
お茶の成分である「カテキン」の抗菌・消臭作用により乾燥・脱臭効果が期待できます。



エコな大掃除を  
目指そう!

## リユース Reuse

繰り返し使うようにする!

○不用品交換情報

ご家庭で不用となった品物や譲ってほしい品物の情報を登録し、区の施設やホームページで情報提供いたします。希望する品物があった方は登録者と品物の譲り受け・譲り渡しを直接交渉していただきます。情報登録は、はがき・FAX・電子申請で行うことができ、月2回情報が更新されます。

詳しくは、区役所リサイクル清掃課（5654-8273）までお問い合わせください。

○日用不用品販売コーナー「ゆず屋」

日用不用品販売コーナー「ゆず屋」では、区民の皆さまから無償でご提供いただいた日用品を販売しております。衣類や食器など、ご家庭で不用になった新品または新品同様の日用品がございましたら、是非ご提供ください。

なお、お品物の種類や状態によってはお引き受けできない場合がございます。

詳しくは、ゆず屋（3693-2223・かつしかエコライフプラザ内）までお問い合わせください。



フリーマーケットの活用もごみ減量につながります!

## リサイクル Recycle

正しく分別して、新しいものに生まれ変わらせる!

○「紙類」は貴重な資源です。

段ボールや新聞、雑誌と同様に資源としてリサイクルできる紙類のことを「雑紙（ざつがみ）」と呼びます。きちんと分別して「★資源回収の日」に出すことで、ごみの減量につながり、トイレトペーパーやノート等に生まれ変わる貴重な資源になります。雑紙を出すときは、ひもで縛るか紙袋に入れて「★資源回収の日」にお出してください。

詳しくは、区役所リサイクル清掃課（5654-8273）までお問い合わせください。

資源となる紙類：お菓子の外箱、プリント類、封筒・はがき（個人情報切り取るか塗りつぶしてください）、チラシ、パンフレット、カレンダー（金具部分は取り外してください）など

資源とならない紙類：写真やカーボン紙などの特殊加工の紙類や水に溶けにくいキッチンペーパーや防水加工された紙コップ、洗剤やお線香の箱など匂いの強い紙類や汚れている紙類など

※資源とならない紙類は「燃やすごみの日」にお出してください。



いかがでしたか?

「3つのR」を意識した大掃除を心がけ、スッキリした気持ちで新しい1年をスタートさせましょう!



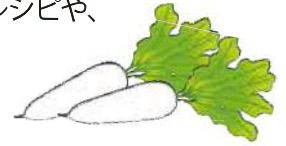


## ～大根の保存方法と葉・皮・根の目持ちレシピ～

平成28年度は、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・東京聖栄大学附属調理師専門学校にご協力いただき、毎回連載します。

今回は「大根」をテーマに、保存方法と、捨ててしまいがちな皮や葉の部分を活用したレシピや、買いすぎてしまった場合に役立つレシピをご紹介します。



### ☆大根の保存方法

葉付きの大根を買った場合、**葉を切り落として保存**します。

葉が根から養分を吸い取り成長しようとするので、大根自体の味が落ちてしまう為です。

葉をすぐに使わない場合は冷凍保存がおすすめです。

下茹でしてから冷水で冷やし、水気を絞りラップや保存袋に入れて冷凍します。

根は洗い湿らせた新聞紙で包んで袋の中に入れて保存します。

寒い冬場なら常温でも可能ですが、基本的には野菜室で保存するのが良いでしょう。



葉は下茹でして冷凍保存できます



根は湿らせた新聞紙で包んで野菜室で保存しましょう

### ☆レシピ1～大根の皮のきんぴら～

今回で紹介する3つのレシピは冷蔵庫で保存し、1週間を目処に食べきりましょう。

大根は、皮も捨てずに利用することができます。

1. 千切りにした皮をサラダ油でしんなりするまで炒めます。

2. 調味料①を加え水分を煮切りします。七味唐辛子を加えて混ぜます。

3. 冷まして蓋付きの容器等に入れたら出来上がりです。

#### ○材料

大根の皮	1本分 (約200g)	調味料①
サラダ油	大さじ1	
砂糖	大さじ1	
醤油	大さじ1	
酒	大さじ1	
七味唐辛子	適量	



### ☆レシピ2～大根の葉の常備菜～

大根の葉も、捨てずに利用すると美味しくいただくことができます。ごま油で炒めます。

1. 小口に刻んだ葉を

2. 透明感が出たら調味料①を加え炒めます。お好みでごまや削り節等を加えます。

3. 冷まして蓋付きの容器等に入れたら出来上がりです。

#### ○材料

大根の葉	40g	調味料①
ごま油	小さじ1	
砂糖	小さじ1/2	
醤油	大さじ1/2	
酒	小さじ1	



### ☆レシピ3～大根の中華風漬物～

大根を買いすぎてしまった時に役立つ、火を使わず簡単にできるレシピです。

#### ○材料

大根	1本約 1kg	合わせ調味料①
塩	大さじ2	
醤油	180ml	
砂糖	60g	
酒	70ml	
紹興酒 ※日本酒代用可	50ml	
にんにく	2片	
山椒	10粒	
鷹の爪	2本	
ごま油	50ml	

1. 大根を拍子木に切り、塩を振り入れて混ぜます。

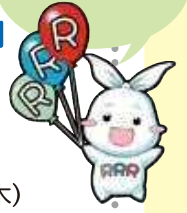
2. 重石をして2～3時間置き、出てきた水分をしっかりと絞ります。

3. 合わせ調味料①の中に入れて冷蔵庫で一晩置いたら出来上がりです。



# エコライフプラザ 12～2月の予定

ぜひ、来てね



## 「さき織り布でミニバッグ作り」

使わなくなったハンカチやハギレ等を使い、さき織り布を使用しバッグをつくる講座です。

- 日時：①(織り)12月18日(日)13時～16時  
(縫製)1月14日(土)13時～17時  
②(織り)12月20日(火)13時～16時  
(縫製)1月16日(月)13時～17時

## 「新聞紙でちぎり絵」

新聞紙をちぎっておひな様を作り、ハガキに貼り付け季節の絵葉書をつくる講座です。

- 日時：2月15日(水)、2月16日(木)  
各日14時～15時30分

広報かつしか【2月5日号掲載予定】

## 「フリーマーケット(一般商品)」

日時：1月21日(土)10時～12時

※出店募集について

申込期間 12月15日(木)～1月5日(木)

広報かつしか【12月15日号掲載】

※開催周知について

広報かつしか【1月15日号掲載予定】



★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



日	月	火	水	木	金	土
12/18 ★さき織り講座 (織り・1回目) 13時～16時	19	20 ★さき織り講座 (織り・2回目) 13時～16時	21	22 休館日	23	24
25	26	27	28	29 家具・日用不用品 喫茶休業	30 喫茶休業	31 展示学習コーナー 家具・日用不用品 喫茶休業
1/1 展示学習コーナー 家具・日用不用品 喫茶休業	2 展示学習コーナー 家具・日用不用品 喫茶休業	3 展示学習コーナー 家具・日用不用品 喫茶休業	4	5 家具・日用不用品 喫茶休業	6	7
8	9	10	11	12 家具・日用不用品 喫茶休業	13	14 ★さき織り講座 (縫製・1回目) 13時～17時
15	16 ★さき織り講座 (縫製・2回目) 13時～17時	17	18	19 家具・日用不用品 喫茶休業	20	21 ★フリーマーケット
22	23	24	25	26 休館日	27	28
29	30	31	2/1	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	14	15 ★新聞紙ちぎり絵 講座 14時～15時30分	16 ★新聞紙ちぎり絵 講座 14時～15時30分	17 家具・日用不用品 喫茶休業	18

## かつしかエコライフプラザ 年末年始の営業日について

年末年始のお休み	12月							1月			
	25日 (日)	26日 (月)	27日 (火)	28日 (水)	29日 (木)	30日 (金)	31日 (土)	1日 (日)	2日 (月)	3日 (火)	4日 (水)
エコトレーニングルーム (展示学習コーナー)							休	休	休	休	
リユース家具展示・販売コーナー					休		休	休	休	休	
日用不用品販売コーナー(ゆず屋)					休		休	休	休	休	
喫茶コーナー(タッセル)					休	休	休	休	休	休	