

第 12 回ヨコハマ R 委員会 議事録

日時：平成 28 年 5 月 30 日(月)

14：00~15：50

場所：松村ビル本館地下 1 階会議室

出席委員：18 名

1 開会あいさつ（3 R 推進課長）

委員の改選もあり、今期はこのメンバーで委員会を進めていく。

この委員会が更に活性化し、忌憚ないご意見をいただける議論の場となるために昨年度見直しを進め、今年度新たにスタートした。またこれから、いろいろな意見をいただければと思っている。

前回から今回の委員会の間に、一部の委員の方に御協力をいただき整理をしてきたこともあるので、後ほど御報告していきたい。

2 委員長あいさつ（委員長）

この委員会の良いところは、市民・事業者・横浜市が一堂に会し、意見交換ができることだと思う。3月30日にも「容器包装に関する意見交換会」を開催したが、これもこの委員会があるからこそ実現できたこと。また、この後も市民・事業者の知恵が詰まった新しい取組も紹介いただけるとのこと。今年度も限られた時間ではあるが、貴重な機会としてこの委員会がうまく進み、運営していければと思っているので、是非ご協力いただきたい。

3 議事

（1）委員の改選について

- ・事務局より資料1のとおり説明

（2）副委員長の選出について

- ・A委員を副委員長に選出

（3）食品ロス削減のためのレシピの制作について

- ・事務局よりこれまでの経過と資料3を説明

【主な質疑応答・意見】

委員：非常に良い試み。学校や講習会など、実行性のある場所で配布すると定着していくと思う。

すいかの皮の漬物などもごみの削減という視点では良いと思う。

委員長：ターゲットにあった配布方法を考えることは非常に重要。

委員：「野菜の使い切り」とあるが、「使い切り」という言葉は認知されている言葉なのか。もしそうなら、もっと「使い切り」を全面に打ち出したほうが行動につながるし面白いのでは。

委員：「まるごとレシピ」のほうがピンとくる。

委員：「野菜をまるごと食べましょう」という趣旨。タイトルはもう少し意見をいただき、考えた方が良いと思う。

委員：子育て中の若いママ世代は、簡単で手がかからない料理だと興味をひく。あまりやらない人がターゲット。

- 委員：「まるごとレシピ」のほうがピンとくる。
- 委員：「野菜をまるごと食べましょう」という趣旨。タイトルはもう少し意見をいただき、考えた方が良くと思う。
- 委員：子育て中の若いママ世代は、簡単で手がかからない料理だと興味をひく。あまりやらない人がターゲット。
- 委員：消費者になじみのある食品の包装容器が、品質を守るためにどのような工夫がされているのかを、専門的な言葉ではなく、分かり易い言葉で掲載していきたいと思う。また、衛生面などもレシピの中に反映しても良いと思う。
- 委員長：衛生面についても非常に重要。保存方法などもエッセンスとして載せていければ、他にはないレシピ集になると思う。
- 委員：情報をあまり入れ過ぎないほうが良いと思う。見やすく、自然と目に入るような内容にすべき。
- 委員長：限られた紙面の中に全ての情報を掲載しようとする、字も小さくなり読みにくくなる。「ご興味のある方はこちらへ」のように、リンク先のご案内など、WEB上での公開なども視野に入れて欲しい。今現在、どのような公開方法を考えているのか。
- 事務局：1万部の冊子印刷に加え、本市のクックパッドサイトへの情報提供やパーツごとに区の広報紙やチラシに掲載するなど、いろいろな切り口で情報発信していく予定。
- 委員：予算はどれくらいを予定しているのか。例えばシリーズ化などはできないか。
- 事務局：デザイン・印刷費等で今年度予算は使い切ってしまう。
- 委員：レシピが魅力的であれば普及促進につながると思う。どんな食材の「使い切り」が難しいのか、また、季節に合った食材選びなど、編集方針を持って進めてほしい。
- 委員：市民の方（主婦）の知恵でレシピを考え、写真を撮り、手作り感のあるものでも良いと思う。また、多言語版についても視野に入れて欲しい。
- 委員：10・30運動に絡めて、冷蔵庫の中身を使い切れるレシピができないか。
- 委員：レシピは各区でも作成している。テーマをしばって作成したい。
- 委員長：今までの意見はどれもいろいろなヒントがあったと思う。難しいと思うが、事務局と市民委員でうまく取りまとめて欲しい。

（４）委員間の情報提供方法について

- ・事務局より資料４のとおり説明

【主な質疑応答・意見】

- 委員長：環境に関する情報であれば、リデュースに限らず何でも良いのか。
- 事務局：初めから間口を狭めてしまうと、情報が集まらない可能性がある。皆様のご意見を伺いながら進めたい。
- 委員：Rひろばのイベント情報に載せていただくことはできないのか。
- 事務局：Rひろばの掲載ルールに沿っていれば可能。
- 委員長：それぞれの活動について広く公開し、ご活用いただきたい。

（５）情報交換他

- ・各委員より自己紹介と活動内容報告

4 連絡事項

- ・事務局より口座振替依頼書の提出について説明。

5 閉会あいさつ（企画調整担当部長）

- ・新しく変わった委員、継続の委員、今年一年間よろしくお願ひします。
- ・先週末に山下公園で Y157 というイベントがあり、資源循環局として事務所とともに参加してきた。多くの親子連れの方が来場し、非常に励みになった。しかし、行政が行う啓発は上から目線になってしまったり、必ずしも市民一人ひとりの気持ちに響いていないこともある。そういうところをどうすれば良いか考えていかなければいけないと、今ちょうど話し合っているところ。今後も様々な場面で啓発を行っていくが、皆さまのご意見をいただきながら軌道修正を図っていきたいと考えている。
- ・今日は今までのご提案を基に、レシピについて事務局からたたき台を提案をさせていただいたが、皆さまの意見をいただきながら完成品にしていきたいと考えている。是非良い物を作って、どのように活用していけば良いかも相談しながら進めていきたいと考えている。
- ・この委員会は、今年度3回予定しているので、皆さんにとっても有意義なものとして活用していただければと考えている。本日はありがとうございました。

第12回 ヨコハマ^{リデュース}R委員会

日時：平成28年5月30日(月)
午後2時から
場所：松村ビル地下1階会議室

次 第

1 開会あいさつ

2 委員長あいさつ

3 議事

- (1) 委員の改選について 【資料1】
- (2) 副委員長の選出について 【資料2】
- (3) 食品ロス削減のためのレシピの制作について 【資料3】
- (4) 委員間の情報提供方法について 【資料4】
- (5) 情報交換 他

4 連絡事項

口座振替依頼書の提出について

5 閉会あいさつ

ご家庭の野菜使い切りレシピ（仮称）

対象者：子育て世代の主婦層

概要：家庭内にある野菜の使い切りをテーマに「簡単」で「美味しく」、「旬の野菜」を取り上げる。

表紙

- ・ご家庭にある野菜を使い切り、食べ物のもったいないを減らすことを目的した全〇〇種類のレシピを掲載
- ・季節ごとの旬な野菜が分かるよう、季節ごとに各ページを構成
- ・各ページのコラムには、様々な豆知識を掲載

イ-オ ミ-オ 冷蔵庫10・30運動!

～10日と30日は冷蔵庫をチェックするゾウ～

「ヨコハマ3R夢」マスコット イ-オ
へら星人 ミ-オ

毎月10日と30日は
冷蔵庫の中をチェックする日にして、
ムダに捨てられてしまう
食材を減らしましょう!

カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
	24	25	26	27	28	29
30	31					

裏表紙

チェックするのは、次の2つ!

- ✓ 賞味期限・消費期限が近い食べ物
- ✓ 肉・野菜・魚などの痛みやすい食べ物

まずは毎月10日と30日 (イ-オとミ-オの日) だけでもいいから忘れずに冷蔵庫の中をチェックしてみてね!

制作 : 横浜市資源循環局 3R 推進課

協力 : 公益社団法人 日本包装技術協会
横浜市資源リサイクル事業協同組
セブン&アイ・ホールディングス
ヨコハマR委員会
公益財団法人 よこはま学校給食財団

春

春が旬の野菜：春キャベツ、新たまねぎ、せり、菜の花、たけのこ、さやえんどう、セロリなど

掲載するレシピの
イメージ

かんたんトマトサラダ

 調理時間：3分



材料

1人分

トマト (小さめのもの)	1個
A 酢	小さじ1
A 「瀬戸のほんじお」	小さじ1/6
A こしょう	少々
A 「味の素」75g瓶	1ふり
A 「AJINOMOTO サラダ油」	大さじ1



作り方

- (1) トマトはヘタをとり、8等分のくし形に切り、器に盛る。
- (2) ボウルにAを混ぜ合わせてドレッシングを作り、(1)のトマトにかける。



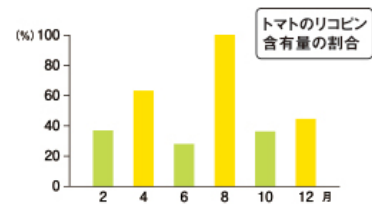
Point

手作りドレッシングを生トマトにあえるだけ、手際よくかんたんに！

旬の食材を購入してみよう！

○旬の野菜はおいしくて、栄養価が豊富

その旬のときにとれる食べ物は、比較的安価で栄養価も豊富。たとえばトマトに含まれるリコピンの量は旬の8月が2月の約3倍も多いことがわかります。



資料：女子栄養大学 生物有機化学研究室調べ

○お店も旬の食材は～～などしている

ヒアリング (5/30)

陳列している写真 (5/30)

資料3

料理名と写真	材料
	調理方法
コラム	

料理名と写真	材料
	調理方法
コラム	

夏

夏が旬の野菜：かぼちゃ、とまと、ナス、きゅうり、ゴーヤ、とうもろこし、枝豆、お蔵、ししとう、ピーマンなど

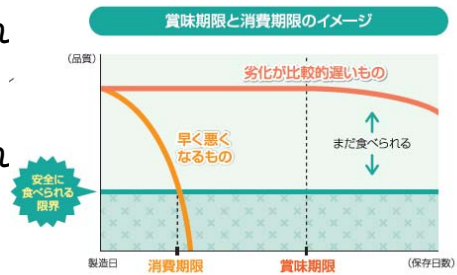
料理名と写真 (豆腐を使った料理)	材料
	調理方法

容器包装の技術～豆腐の容器編～

○消費期限と賞味期限の違い

消費期限：開封していない状態で、表示されている保存方法で保存したとき、安全に食べられる期限

賞味期限：開封していない状態で、表示されている保存方法で保存したとき、食べても安全な期限



○賞味期限を長くする容器包装の技術

食材や調味料などの商品は、食品を保護したり、賞味期限を延ばすために様々な技術が施されています。

賞味期限を延ばす技術という点では、食品ロスの削減に大きく貢献していると言えます。



料理名と写真 (マヨネーズを使った料理)	材料
	調理方法
容器包装の技術～マヨネーズ容器編～	

料理名と写真 (味噌を使った料理)	材料
	調理方法
容器包装の技術～味噌のカップ編～	

秋

秋が旬の野菜：さつまいも、サトイモ、じゃがいも、人参、ごぼう、春菊、チンゲンサイ、しめじ、ブロッコリー、レンコンなど

料理名（にんじんの皮を使った〇〇）と写真

材料

調理方法

コラム（にんじんの皮以外にも▲▲や■でも調理できる）

○野菜の皮は栄養が豊富！

野菜の皮はついつい捨てがち。でも、野菜の皮には栄養が豊富で、美味しく食べられるものがたくさんあります。

サツマイモの皮けんぴ



- ① よく洗って厚くむいたサツマイモの皮は水にさらしてあくを取る。水気を切ったら、太さを揃えて細めの千切りにする。
- ② ①を中温の油に入れ、こがさないようにゆっくりと揚げる。
- ③ 水気が抜け、軽く色がついたら取り出し、塩をふる。市販のチヨレートソースをつけていただく。

- 材料（2人分）
- サツマイモの皮……中1個分
 - 揚げ油適量
 - 塩少々
 - 市販のチヨレートソース

出展：「月間リサイクルデザイン」2014年9月号「始末の一品」

料理名と写真	材料
	調理方法
コラム	

料理名と写真	材料
	調理方法
コラム	

○野菜の皮は食べても平気？

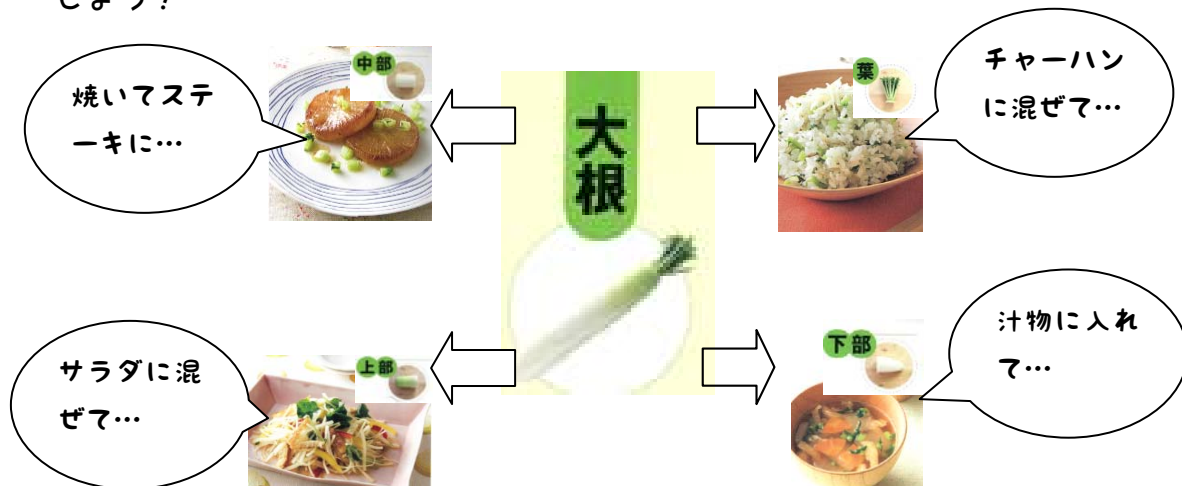
冬

冬が旬の野菜：白菜、ほうれん草、小松菜、かぶ、大根、にらなど

料理名と写真	材料
	調理方法
コラム	

大きな野菜は部位ごとに調理してまるごと使い切り！

大根やきゃべつ、白菜などの野菜は、つつい余らせて捨ててしまうことはありませんか？部位ごとに合った調理方法で、まるごと使い切りを実践してみましょう！



料理名と写真	材料
	調理方法
コラム	

料理名と写真	材料
	調理方法
コラム	

食品ロスって何？

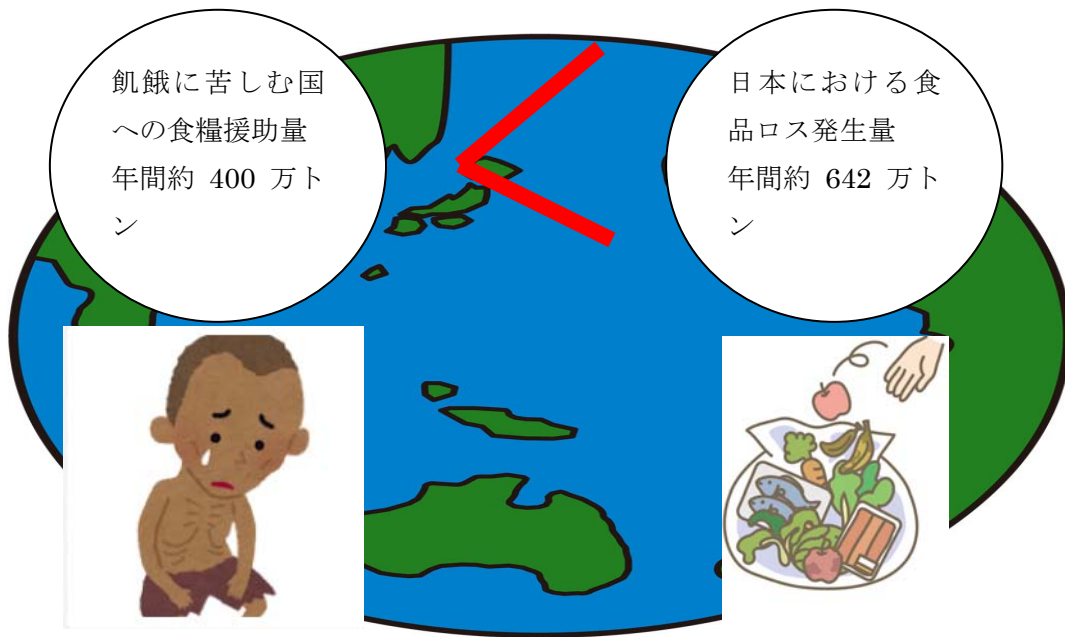
食品ロスとは本来食べられるのに捨てられている食品のこと。
食品ロスには「食べ残し」「手つかず食品」「過剰除去（野菜の皮等）」があります。

横浜市の家庭から出る燃やすごみの約4割は食品ロスと推計されています。

横浜市の家庭から生ごみに含まれる食品ロス量（グラフ）

日本の食品ロスと世界の食糧事情

国内の家庭から排出されるごみの中には、年間約 642 万トンもの食糧が含まれています。これは、飢餓に苦しむ国への食糧援助量約 400 万トンの約 1.5 倍。食糧自給率の低い国である日本では、食べ物の多くを他国からの輸入に頼る一方、多くの食べ物を廃棄しているのが現状です。



「食べたいけど食べられない」

「食べられるのに食べない」

食品ロスを出さないためには？

「買い物」「調理」「保存」、各々の段階に応じて、取り組めることがあります。

買い物編

- ・必要なものを必要な分だけ買おう

買い物メモを持参したり、「ばら売り」
「食べ切りサイズ」を活用！

ばら売り、食べ切りサイズの写
真
(5/30に依頼)

- ・期限が近いものを買う

その日に調理する食材なら期限の近い
ものでも大丈夫！

期限が近いもので値引きされて
いる写真
(5/30に依頼)

調理編

- ・人数に応じて料理を作ろう！

家族の人数に応じて適量を作りましょう！余った料理は、別の料理に作り
変えるリメイク料理などもオススメ！

→〇〇ページ「〇〇〇」

- ・「〇〇」レシピを使って、冷蔵庫内にある食材を使いきろう！

冷蔵庫内にある食材を使ってもう1品！→〇〇ページ～〇〇ページ

保存編

- ・消費期限と賞味期限の違いを理解しよう！

〇〇ページのコラムへ！

- ・保存の仕方を工夫してみよう！

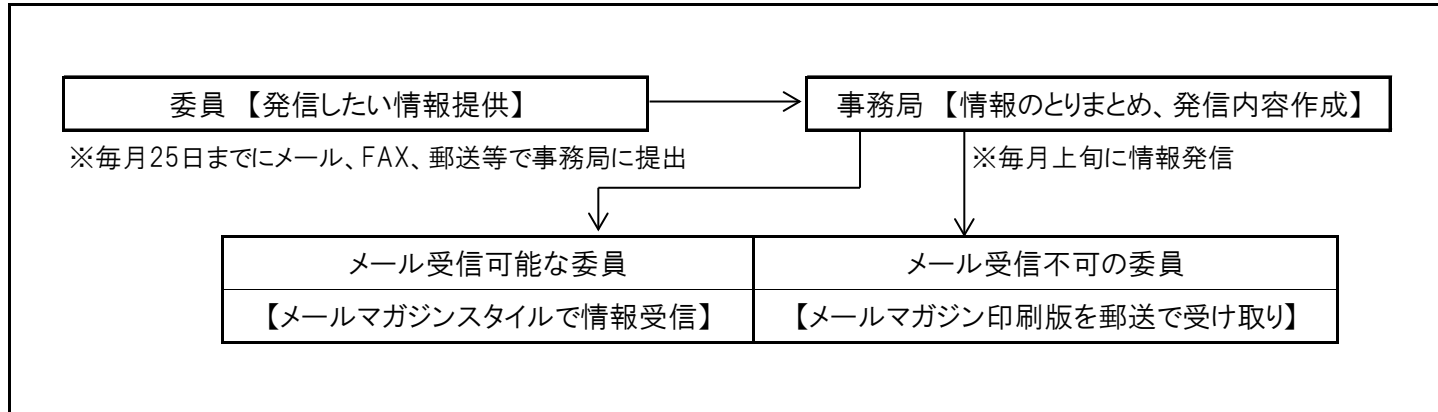
「保存した日付と中身を書いておく」「定期的に冷蔵庫の中身を確認する」
など、保存の工夫を身につけよう！→〇〇ページ

委員間の情報提供方法(案)について

1. 提案の背景・目的

- ◇ 第11回会議において、各委員が行う環境に関するイベントなどの情報を共有できる仕組みを作って欲しいという意見があった。
- ◇ これを受け、事務局が定期的に情報を集め、発信していく仕組みを作る。
- ◇ 各委員におかれましては、この仕組みを活用し、積極的に情報発信またはご参加をいただきたい。

2. 情報の集約～発信の流れ



3. 事務局に提供いただく情報

- ◇ **イベント(事業)名**
 - ・ イベントだけでなく、事業の周知やコラボ企画のご案内でも可
(例:「環境絵日記〇～〇まで募集中!」、「〇〇にご協力いただける団体求む」…など)
- ◇ **日時・期間・会場等**
 - ・ イベント開催日だけでなく、事業期間や応募期限の周知でも可
(例:「環境絵日記〇～〇まで募集中」、「ご協力いただける方は〇までにご連絡ください」…など)
- ◇ **概要・コメント**
 - ・ イベントや事業の内容、PRポイントなど
(例:「〇〇など、大人も子どもも楽しめる催しです。」、「貴団体内や関係者などにご周知ください。」…など)
- ◇ **参考URL・開催チラシ等(あれば)**
 - ・ 概要・コメントで伝えきれない情報
(例:「詳細は以下URL(PDF)をご覧ください。」…など)

4. 運用開始等

- ◇ 平成28年6月より情報を発信します。
 - ・ 6月分の発信については6/5締切、集約後早期に発信します。
 - ・ 7月分以降の発信については**前月25日締切**で、**毎月上旬に発信**します。
 - ・ 情報の提供がない月は発信しません。

5. 情報提供先

- ◇ メールでの提供
 - ・ ヨコハマR委員会事務局 sj-reduce@city.yokohama.jp
- ◇ FAXでの提供
 - ・ 横浜市資源循環局3R推進課(ヨコハマR委員会事務局) [045-663-5834](tel:045-663-5834)
- ◇ 郵送での提供
 - ・ 横浜市資源循環局3R推進課(ヨコハマR委員会事務局) [横浜市中央区住吉町1-13 松村ビル5F](#)