



わ た し た ち

と ご み



かねくん



ふねくん



パトリゅう



とりパト



つりえび



こおり やま し

ねん かん

郡山市では1年間に

122,731t (とん) のごみが出ています。

ひとりが1日に出すごみの量は1,102g (ぐらむ)。

毎日のくらしの中から、

たくさんのごみが出ています。



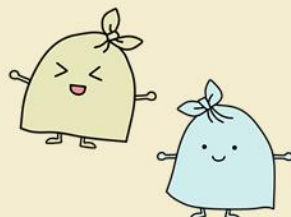
「もの」は、限りある「資源」からできています。

ごみを減らして、資源を大切にすることが、

環境を守ることに

なります。

ひとりひとり
ごみを少なく
しようね



ちきゅうねこ

こおり やま

げん りょう

郡山 ごみ減量 20%(ぱーせんと)

こおりやま し

げん ざい

め ざ

こおりやま

げん りょう

パーセント

郡山市では、現在、みんなで目指す「郡山 ごみ減量 20%」

をスローガンとして、ごみの減量に取り組んでいます。

ごみの減量には、市民・事業者・郡山市役所が一丸となって、ひとりひとりができることから取り組むことが大切です。

郡山市からの
お知らせ



捨てる前に確認！資源物や減量できるものはありませんか？

ごみ減量の3ポイント

1

なま みず き げん りょう
生ごみは水を切って減量しましょう

2

くさ き かん そう げん りょう
草木は乾燥させて減量しましょう

3

しょく ひん さく げん げん りょう
食品ロス削減で減量しましょう

ごみを減らすには、次の5つの方法があります。
それを「5 R」といいます。
「5 R」とはRで始まるつぎの5つの英語です。

Refuse リフューズ

いらぬものは断りましょう

- 必要以上に物を買わないようにしましょう
- 余分な包装は断りましょう

Reduce リデュース

ごみになるものを減らしましょう

- 食べ残しをしないようにしましょう
- マイバック・マイボトルを使いましょう

動画は
こちら▼



Reuse リユース

くりかえして使いましょう

- つめかえができる容器を利用しましょう

5つとも大事なこと
ひとつずつおぼえたい！



ちょっとやぶけた
ズボン
なおしてもらったんだ

Repair リペア

修理して使いましょう

- こわれたものを直して使いましょう

動画は
こちら▼



Recycle リサイクル

再び資源として
使えるようにしましょう

- 資源を正しく分別しましょう
- 生ごみは、植物の肥料にしましょう
- リサイクルされた製品を使いましょう

動画は
こちら▼



これからは3 R (スリーアール) (リデュース・リユース・リサイクル) に2 R (ツアール) (リフューズ・リペア) を加えた5 R (ファイブアール) でものを大切にして、ごみを出さない社会を目指しましょう!

資源

限りあるもの

消費
製品を買う

リフューズ (Refuse)
いらないものは断ろう
リデュース (Reduce)
ごみを減らそう



大切に使う
こわれたら修理する

リユース (Reuse)
くりかえし使おう
リペア (Repair)
修理して使おう



リサイクル (Recycle)
資源として再び使おう



ペットボトル カン
段ボール 新聞紙
牛乳パック など

処理
再び使えるように
処理する

廃棄
ほしい人にゆずる
分別してする

最終処分

どうしても使えないものは
正しく処分する



ものを大切に
くりかえし
つかいましょう



食品ロスを減らしましょう！



食品ロスとは？



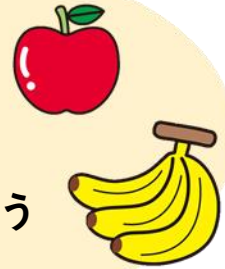
本当なら食べられるのに
捨てられている食品のことです。

残さず食べましょう

レストランなどでは
食べきれない分を
頼みましょう



食材は
必要な分を
買いましょう



量り売り、
ばら売りを
利用して、
買いすぎないように！
食材を使い切りましょう



料理は
一工夫し、
使い切り、
おいしく食べましょう



減るしい
レシピ▶



最後に、生ごみは肥料にするか、
捨てる時は水を切って
出しましょう



しよ り し せつ ごみ処理施設のあるところ



こう ず うめ たて しよ ぶん じょう
河内埋立処分場



リサイクルプラザ



こう ず
河内クリーンセンター



ふ く やま
富久山クリーンセンター



郡山市

令和8年度わたしたちとごみ
リーフレット版

編集発行 令和8年2月12日
郡山市環境部ごみ減量推進課
〒963-8601 郡山市朝日一丁目23-7
TEL 024-924-2181 FAX 024-935-6790