

10月はごみ減量月間です

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、ごみ減量に関する啓発品をお渡しします。皆さまのご参加をお待ちしております。

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19日(土) 11:00～12:00	堀切地区センター（堀切 3-8-5）
9月25日(金) 15:00～16:00	立石仲見世商店街（立石 1-20-4）
10月3日(土) 時間未定	新小岩公園（西新小岩 1-1-3）
10月10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）
10月18日(日) 11:00～12:00	亀有リリオパーク（亀有 3-25-1）
10月25日(日) 時間未定	高砂北公園（高砂 4-3-1）
11月1日(日) 11:00～12:00	葛飾清掃工場（水元 1-20-1）

※10月3日(土)及び10月25日(日)の開催時間については、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。

※アンケートは一人1回。啓発品は一人1つ。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8年11月1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10月25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

～ちょっと残った焼肉のタレ～

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「**焼肉のタレ**」です。

タレの中には企業努力の旨味がたっぷり。隠し味や補助調味料として使い切りましょう。

ドライカレー (4人分)



作り方

材料	分量
玉葱	400g
人参	200g
セロリ	50g
合挽肉	280g
焼肉のタレ	大さじ2
塩	適量
カレー粉	小さじ2
ケチャップ	大さじ3
トマトピューレ	大さじ3
サラダ油	大さじ2
コンソメ顆粒	小さじ1
水	200ml

- 鍋にサラダ油を引き、みじん切りにしたセロリ、人参、玉葱の順に塩少々を加えて炒めます。
- 1に合挽肉を加えて、さらに炒めます。
- 2の鍋に焼肉のタレ、カレー粉、ケチャップ、トマトピューレを加え炒めたら、コンソメ顆粒、水を加えて弱火で10～15分程煮ます。
- 塩で味を整えたら出来上がりです。

ハンバーグ (4人分)



作り方

材料	分量
合挽肉	400g
玉葱	160g
パン粉	40g
牛乳	40ml
塩	4g
焼肉のタレ	大さじ1
ナツメグ	少々
油	大さじ1

ハンバーグソース材料	分量
水	30ml
ケチャップ	大さじ8
ウスターソース	大さじ4
焼肉のタレ	大さじ1

- ボールに合挽肉、塩を加えて良く練ります。
- 1のボールに玉葱のみじん切り、焼肉のタレ、パン粉、牛乳、ナツメグを加えて良く練り、4等分に形を整えます。
- フライパンに油を引き、2を入れ、蓋をして弱火で10分程焼きます。
- 3のフライパンからハンバーグを取り出し、水、ケチャップ、ウスターソース、焼肉のタレを加えて煮詰めてハンバーグにかけたら出来上がりです。

付け合わせは
お好みで足し
ましょう。

チャーハン (2人分)



材料	分量
ご飯	400g
卵	2個
ハム	2枚
塩	適量
焼肉のタレ	大さじ1
炒め油	適量

作り方

- フライパンに油を少々入れ、わりほぐした卵を炒めて皿にとります。
- 1のフライパンに油を少々入れ、ご飯、適量の塩で炒めます。
- 2にハム、1の卵、焼肉のタレを加えて炒め、塩で味を整えたら出来上がりです。

肉そぼろ

材料	分量
豚挽肉	200g
醤油	大さじ1
砂糖	大さじ1
酒	大さじ1
焼肉のタレ	大さじ1
塩	適量

作り方

- 鍋に全ての材料を入れ、さい箸等で挽肉をほぐしながら炒めます。
- 塩で味を整えたら出来上がりです。

焼肉のタレはメーカーにより
塩味、甘味が違うので、好み
に合わせて調整してください。



葛飾区ごみ減量・
3R推進キャラクター
リー (Ree) ちゃん

「ECOエコフェスタ2026」を6月28日に開催しました

6月28日(日)に「ECOエコフェスタ2026」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。その内容をご紹介します。
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」などが、思い入れのある洋服の交換を行いました。



体験コーナー

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！～



端材で作る
モザイクタイル♪



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。

かつしか3Rサポーターの会企画「エコ工作体験」

「古紙を使って折りたたみミニ扇子づくり！」

日時
会場

9月16日（水）
午後3時～午後5時
エコライフプラザ2階研修室

申込み

事前申込み不要
※当日直接会場へお越しください。
材料がなくなり次第終了します。

対象

区内在住の小学生

費用

無料

エコライフプラザ講座

「さき織り（織りのみ）」

日時
会場

11月4日（水）、5日（木）
① 午後1時～午後2時30分
② 午後2時45分～午後4時15分
エコライフプラザ2階エコ工房

申込み

10月2日（金）から18日（日）まで
電子申請または往復ハガキ（多数抽選）

対象
定員

区内在住・在勤・在学の16歳以上の方
各回4人 計16人

受講料
・
持ち物

1,300円
家庭で使わなくなった布
（100×100cm程度、薄手の綿）

日	月	火	水	木	金	土
30	31	9月1	2	3 家具・日用不用品 喫茶休業	4	5 ★洋服交換会 (申込受付終了)
6	7	8	9	10 家具・日用不用品 喫茶休業	11	12
13	14	15	16 ★エコ工作体験	17 家具・日用不用品 喫茶休業	18	19
20	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 休館日	25	26
27	28	29	30	10月1 家具・日用不用品 喫茶休業	2	3
4	5	6	7	8 家具・日用不用品 喫茶休業	9	10
11	12 スポーツの日	13	14	15 家具・日用不用品 喫茶休業	16	17
18	19	20	21	22 休館日	23	24
25	26	27	28	29 家具・日用不用品 喫茶休業	30	31
11月1	2	3 文化の日	4 ★さき織り講座	5★さき織り講座 家具・日用不用品 喫茶休業	6	7

★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。