

第5回やさい王国昭和村河岸段丘ハーフマラソン 開催に伴い交通規制を行います

■問合せ 企画課地域振興係 ☎24-5111 (内線142)

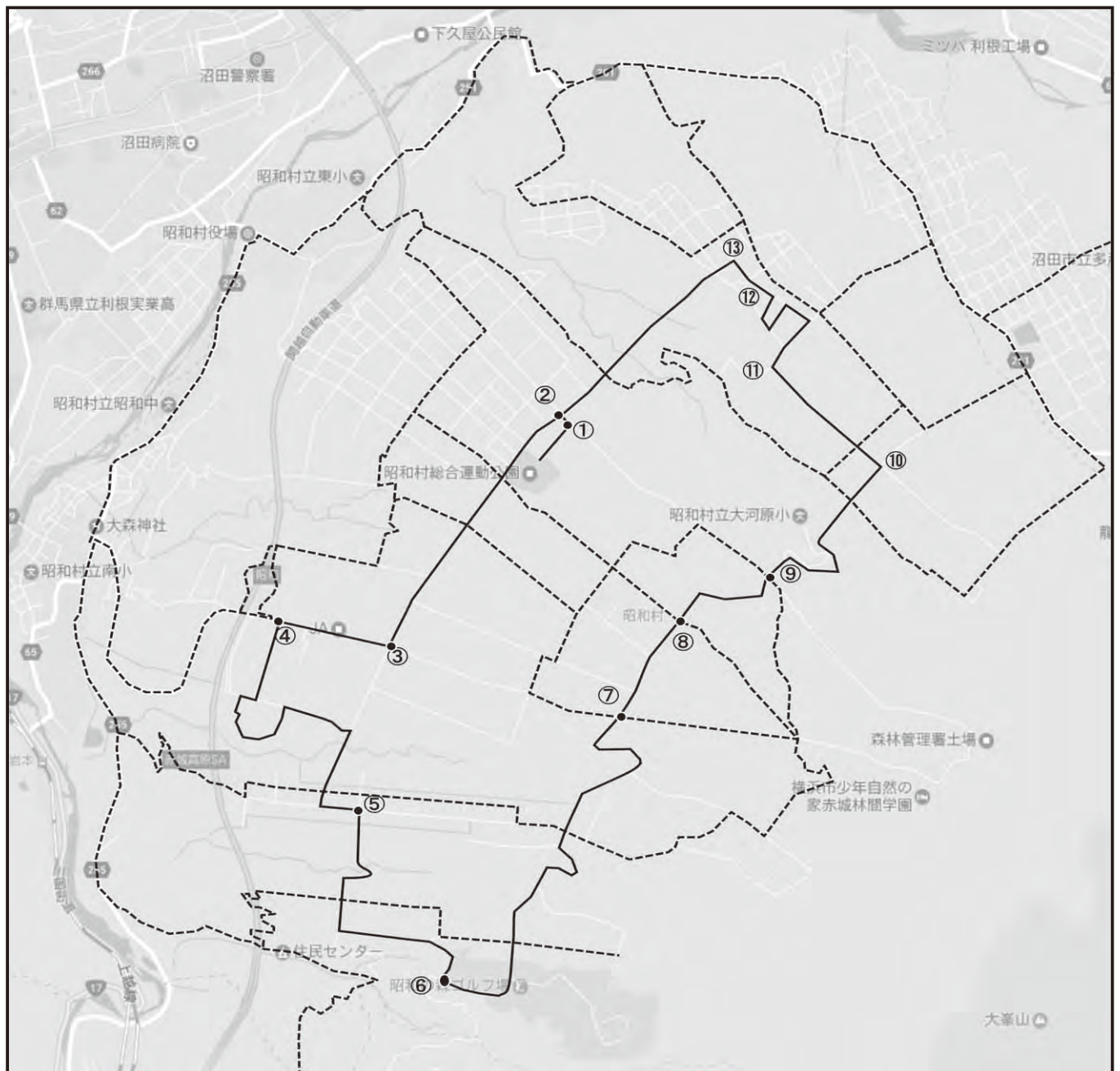
第5回やさい王国昭和村河岸段丘ハーフマラソンが、5月26日(日)に開催されます。これに伴い、大会当日は、利根沼田望郷ラインと大規模農道を中心に、交通規制を行います。

つきましては、交通規制中は多くのランナーの通過が予想されますので、大変お手数をおかけしますが、地図に記載の迂回路をご参考に迂回していただきますようお願いいたします。

なお、コースと迂回路が交差する箇所につきましては、ランナーの安全が確保された場合に限り、係員の指示に従い横断していただきますよう、重ねてご協力をお願いいたします

マラソンコースにおける交通規制時間について

起点～終点	規制種類	規制時間
①～②	全面	8:30～12:00
②～③	全面	8:30～9:30
③～④	全面	8:30～9:40
④～⑤	全面	9:00～10:10
⑤～⑥	全面	9:15～10:20
⑥～⑦	片側	9:20～11:00
⑦～⑧	片側	9:30～11:10
⑧～⑨	片側	9:40～11:30
⑨～⑩	片側	9:40～11:40
⑩～⑪	片側	9:50～11:50
⑪～⑫	全面	9:50～11:50
⑫～⑬	全面	8:30～12:00
⑬～②	全面	8:30～10:25
⑬～②	片側	10:25～12:00



生ごみの減量、食品ロスの削減にご協力ください

■問合せ 産業課産業振興係 ☎24-5111 (内線151)

残さず食べよう さんまる いちまる 「30・10運動」

宴会では、提供された料理の19%が食べ残されており、食堂やレストランでの昼食で食べ残された量の約8倍にもなります。ごみを減らすためには、「生ごみ」の減量、「食品ロス」の削減が欠かせません。「30・10運動」を実践して、宴会時の食べ残しを減らす取組みにご協力をお願いします。



幹事さんをお願いします。宴会中にぜひ実践してください！

注文

出席者の性別や年齢などを店に伝え、適量注文を心がける。

- ・好みや食べきれる量のメニューを選択しましょう。

はじめの30分

乾杯後30分は、席を立たずに料理を美味しく楽しむ。

- ・周りの人と歓談しつつ料理を味わうよう幹事から呼びかけましょう。
- ・苦手な料理は、早めに人に譲りましょう。



歓談タイム

参加者同士で会話をしながら楽しく食べる。

- ・大皿料理や食べきれない料理は、みんなで分け合しましょう。



終わりの10分

お開き前の10分間は、自席に戻り残った料理を楽しむ。

- ・幹事さんから「食べきり」を呼びかけましょう。
- ・食べ残しが多い大皿の料理を皆で分け合うなど、協力して完食しましょう！



生ごみを減らそう 「3きり運動」

群馬県内で排出されたごみの約33%が「生ごみ」で、そのうち食べ残しや期限切れなど、本来食べることができた部分が「食品ロス」です。ごみを減らすためには、「生ごみ」の減量、「食品ロス」の削減が欠かせません。「3きり運動」にご賛同いただき、食品ロスを減らす取組みにご協力をお願いします。

賞味期限を正しく理解する

食品の期限表示は、次の2種類(※)があります。消費期限は「食べても安全な期限」で品質の劣化が早い食品に表示されています。賞味期限は「おいしく食べることができる期限」で、品質が劣化しにくい食品に表示されています。

賞味期限は、過ぎてもすぐに廃棄せず、食べられるかを自分で判断することも大切です。

※いずれの表示も未開封の状態での保存した場合の期限

食品を計画的に買う

- ・必要な食品を、必要なときに、必要な量だけ購入しましょう。買い物に出かける前には、冷蔵庫の中をチェックしてみましょう。
- ・必要以上に買った場合は冷凍保存も活用しましょう。
- ・ばら売り、量り売りなども利用しましょう。

①

食材の「使いきり」

- ・残っている食材から使いましょう。野菜や果物の皮は厚むきしないようにしましょう。
- ・週に1回は「冷蔵庫一掃日」とし、消費期限が近い食材を使い切りましょう。

②

料理の「食べきり」

もし、食べきれなかった場合は、他の料理に作りかえるなど、献立などを工夫しましょう。

◎クックパッド消費者庁の公式キッチン

<http://cookpad.com/kitchen/10421939>

③

捨てるときは「水きり」

- ・生ごみを捨てるときは、しっかり水切りをして、ごみの重量を軽くしてから捨てましょう。