

—68.6トン!



食べきりレシピ



宇治市民全員でこのレシピで作ると68,647kgのごみ減量につながります。



【はじめに】

調理くずも食べ残しもそのままでは生ごみになってしまいます。このレシピ集ではごみを減らしながらも美味しく食べられる料理を紹介しています。

【食品ロスとは】

日本ではまだ食べられるにもかかわらず捨てられる食品、いわゆる「食品ロス」が年間 621 万トンもあると言われています。これを一人 1 日あたりに換算するとお茶碗一杯分のごはん (約 134 g) に相当します。家庭での食品ロスは期限切れ、食べ残し、過剰除去などにより発生します。

目次

・
・
・



ポロネーゼスパゲッティ P.4



白和え P.12



肉巻き P.13



おから入りポークハンバーグ P.6



混ぜご飯 P.14



煮物 P.15



ふりかけ P.16



ガレット P.17



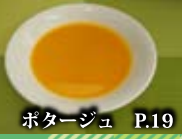
かき揚げ P.18



サケのカレー竜田揚げ P.8



麻婆きのこ P.10



ポタージュ P.19



クッキー P.20



ケーキ P.21

【食べきりレシピとは】

家庭から出る生ごみの39%が食べ残しです。食べきりレシピでは、子どもが苦手にすることが多い「ピーマン・豆・魚・きのこ」をそれぞれ美味しく食べられるよう工夫した料理を掲載しています。

私が考案しました!!



京都のタケノコ農家に生まれ、京都初の野菜ソムリエ
上級プロ、家庭料理研究家。他にも様々な資格を持ち、
子育てと、農家で育った経験から考案された簡単な
レシピが幅広い世代から支持されています。

料理研究家
西村 秋保さん

【使い切りレシピとは】

家庭から出る生ごみのうち56%が調理くずです。この調理くずの中には過剰に除去された部分や、調理方法次第では美味しく食べられた部分が含まれています。

使い切りレシピは、京都文教短期大学との共同研究で作成した通常なら捨ててしまう野菜の皮などを使った「ごみゼロレシピ」から抜粋した10品目を掲載しています。(ごみゼロレシピは全30品目。その他のレシピは市ホームページでご覧いただけます。)

京都文教短期大学と共同で考案しました。



ごみゼロレシピ

検索

ボロネーゼスパゲッティ



ピーマンは種ごと、人参は皮ごと使うから、ごみも減り、栄養価UP♪
冷蔵庫の残り野菜を細かく刻んで入れてもOKです。



but don't go into Mr. McGregor's garden:
had an accident there; he was put in a pie by Mrs

(材料 2人分)

スパゲッティ ー ・ 180 g
 玉ねぎ ・ 1/4 個 (50 g)
 なす ・ 1/2 個 (50 g)
 ピーマン ・ 1 個 (40 g)
 人参 ・ 20 g
 カットトマト水煮 ・ 100 g

(下準備)

粗みじん切り
 5mm 角切り
 種ごと粗みじん切り
 みじん切り

< A >

合いびき肉 ・ 100 g
 おろしにんにく ・ 小さじ 1
 オリーブ油 ・ 大さじ 1
 塩、コショウ ・ 各少々

< B >

ケチャップ ・ 大さじ 2
 とんかつソース ・ 大さじ 2
 しょうゆ ・ 小さじ 1
 砂糖 ・ 小さじ 1

【作り方】

- (1) フライパンに< A >をすべて入れ、火をつけてパラパラになるまで炒める。
- (2) 玉ねぎ、人参、なす、ピーマンを入れ、玉ねぎが透き通るまで炒めたら、カットトマト水煮を加えて加熱し、< B >を入れて混ぜる。
- (3) 0.5%の食塩水を沸騰させ、スパゲッティを指定時間より 1 分短めにゆでて(2)と和える。お好みで粉チーズやパセリをふる。

おから入りポークハンバーグ

食べきり
レシピ
豆

しめじが苦手な方は細かく刻んでソースに入れて下さい。



(材料 2人分)

- 玉ねぎ ・ 1/4 個 (50 g)
- しめじ ・ 50 g
- サラダ油 ・ 適量

(下準備)

- 粗みじん切り
- 石付を切り 1 本ずつにほぐす
(または刻む)

< A >

- 豚ひき肉 ・ 100 g
- おから ・ 30 g
- 豆乳 ・ 大さじ 2
- 塩、コショウ ・ 各少々
- ナツメグ ・ 少々

< B >

- ケチャップ ・ 大さじ 2
- とんかつソース ・ 大さじ 1
- みりん (または水) ・ 大さじ 1

【作り方】

- (1) 玉ねぎをラップに包んで 600 W のレンジで 1 分加熱した後、冷ます。
- (2) < A > を (1) と一緒によくこねる。4 等分にして丸め、サラダ油を引いたフライパンで片面に焦げ目がついたら裏返し、ふたをして、中までよく火が通るまで焼く。
- (3) 別のフライパンにサラダ油をひき、しめじをしんなりするまでよく炒め、< B > を入れる。弱火で加熱し、ハンバーグを加えて両面にソースをからめ、お好みで刻んだパセリをふる。

サケのカレー竜田揚げ



カレー粉が魚の臭みをカバーし、食べやすくなります。

小さめに切ったサケをタレに漬けることで、早く味がしみ込みます。

フライパンで揚げ焼きにすることでサラダ油を節約できます。

1人前

192 kcal

(材料2人分)

(下準備)

- | | | |
|--------|---------|---------------|
| 生サケ切り身 | ・2切れ | 一口大になるよう皮ごと切る |
| 片栗粉 | ・大さじ1~2 | |
| サラダ油 | ・適量 | |

<タレ>

- | | |
|--------|-----------|
| 薄口しょうゆ | ・大さじ1/2 |
| みりん | ・小さじ1 |
| カレー粉 | ・少々(0.3g) |

【作り方】

- (1) ボウルにタレの材料を混ぜ、一口大に切ったサケを1時間以上漬け、味をしみこませる。
- (2) 1の汁気を切り、サケに片栗粉をまんべんなくまぶす。
- (3) フライパンに1cmほどサラダ油を入れて170℃に熱し、(2)を入れて両面がきつね色になるまで揚げ焼きする。

麻婆きのこ

食べきり
レシピ
きのこ



きのこは、マーボー味にすることできのこのクセが苦手な方にも食べやすく、ご飯にも合う一品。ショウガ、人参は皮も無駄なく使えます。おろしショウガとにんにくはチューブ入りでもOK！

1人前

128 kcal

(材料 2人分)

(下準備・切り方)

まいたけ	・ 50 g	一口大に細かく手でちぎる
エリンギ	・ 50 g	縦半分、長さ 3cm に切り、薄く短冊切り
人参	・ 20 g	皮ごとみじん切り
刻みねぎ	・ 2つまみ (4 g)	

(青い部分)

< A >

<調味料>すべて混ぜ合わせておく

豚ひき肉	・ 50 g	米こうじ味噌	・ 大さじ 1
ねぎみじん切り		砂糖	・ 小さじ 2
(白い部分)	・ 小さじ 2 (6 g)	顆粒鶏がらスープの素	・ 小さじ 1/2
おろしショウガ		水	・ 大さじ 2
(皮ごと)	・ 小さじ 1/2	片栗粉	・ 小さじ 1/2
おろしにんにく	・ 小さじ 1/2		
ごま油	・ 小さじ 1		
豆板醤	・ 少々 (1 g)		

【作り方】

- (1) フライパンに< A >の材料をすべて入れてから火をつけ、パラパラになるまで炒める。
- (2) まいたけ、エリンギ、人参を加えてしんなりするまで炒め、合わせた<調味料>を入れてよく混ぜる。
- (3) とろみがついたら刻みねぎを入れ、火を止める。

～ブロッコリーとれんこんの白和え～

調理時間： 40分

使い切りレシピ



<栄養価> (1人分)

エネルギー	179kcal
タンパク質	11.2g
脂質	9.4g
炭水化物	14.8g
食塩相当量	1.4g

<ごみの量> (3人分)

通常メニュー	123g
エコメニュー	0g

※ブロッコリーの茎はP.13で使用。

●材料 (3人分)

ブロッコリー	1株(180g)
れんこん	30g
木綿豆腐	240g
白ごま	30g
白味噌	30g
薄口しょうゆ	9g
砂糖	9g
塩	0.6g
<だし>	
かつお	7.5g
昆布	7.5g
水	1500g

●作り方

- ①ブロッコリーを房と下の茎に分ける。分けた房の部分を一口大に切る。
- ②豆腐をキッチンペーパーで包み、600Wのレンジで2分加熱し、水切りをする。
- ③昆布かつおで一番だしを取る。(市販のだしでも可)
- ④③のだしを温めて沸騰させ、①を3分間茹でる。(竹串が通るぐらい)
- ⑤れんこんはきれいに洗い、皮付きのまま、2mm厚さの半月切りにする。
- ⑥③のだしで⑤を2分間茹でる。(色が悪くならない程度にする)
- ⑦すり鉢に白ごまを入れ、よくすっておく。
- ⑧⑦に、白味噌・砂糖・しょうゆ・塩の順に加え、よく混ぜ合わせる。そこに、②の豆腐を潰しながら入れて混ぜ合わせ、和え衣を作る。
- ⑨⑧に茹でたブロッコリーとれんこんを加え、和え衣とよく絡むように和える。

ポイント

- ・ブロッコリーの普段使う房の部分の白和えにし、通常なら固くて捨ててしまうブロッコリーの茎は肉巻き(P.13)で使用するので経済的です。
- ・通常なられんこんの皮はむいて捨てますが、今回は皮付きのままきれいに洗って料理にそのまま使用しています。
- ・ブロッコリーとれんこんをだしで茹でることで、食材にだしの旨味がしみ込み、衣との相性が抜群です。

～ブロッコリーの茎の肉巻き～

調理時間： 30分

使い切りレシピ



<栄養価> (1人分)

エネルギー	209 kcal
タンパク質	8.7g
脂質	15.5g
炭水化物	7.5g
食塩相当量	0.6g

<ごみの量> (2人分)

通常メニュー	120g
エコメニュー	20g

●材料 (2人分)

ブロッコリーの茎	1株分
(約 120g)	
豚バラ肉 (薄切り)	80g
塩	0.2g
コショウ	0.02g
薄力粉	3g
油	2g
<たれ>	
砂糖	3g
酒	3g
しょうゆ	6g
みりん	6g

●作り方

- ①ブロッコリーの茎は、他の料理で使わなかった茎を使用する。(今回は、ブロッコリーとれんこんの白和え (P.12) の残りを使用)
- ②茎を長さ3～4cm、幅cmの棒状に切って、竹串が通るくらいに柔らかくなるまで茹でる。
- ③バラ肉に、下味の塩・コショウをふる。
- ④茹でたブロッコリーの茎を、③の肉で巻いて、表面に薄力粉を薄くまぶす。
- ⑤フライパンに油をひいて、④を焼く。焼き色が付き、肉に火が通ったら、一度取り出す。フライパンに、たれの調味料を入れて煮立たせる。一度取り出した④を戻して、たれと絡める。

ポイント

- ・通常なら固くて捨ててしまうブロッコリーの茎を使用しています。
- ・ブロッコリーの茎には、ビタミンCやβ-カロテンが含まれており、おいしく栄養素を摂取できます。
- ・ブロッコリーの茎は少し食感が残るように茹でると、食べたときに肉とマッチしておいしく仕上がります。

～牛肉と煎茶の佃煮風混ぜご飯～

調理時間： 25分

※米を炊く時間は含まず

使い切りレシピ



<栄養価> (1人分)

エネルギー	425 kcal
タンパク質	10.6 g
脂質	10.5 g
炭水化物	66g
食塩相当量	1.3 g

<ごみの量> (4人分)

通常メニュー	21g
エコメニュー	1g

●材料 (4人分)

ご飯(白米)	640g
茶葉	0.8g
牛もも肉	120g
しいたけ	40g
人参	40g
さやえんどう	8g
ショウガ	20g
ごま油	4g
酒	36g
砂糖	10g
みりん	8g
しょうゆ	32g

●作り方

- ①牛肉を2cmに切り、人参はよく洗い、皮付きのまま5mm角のサイコロ状に切り、竹串が通るまで茹でる。
- ②しいたけは石づきを取り5mm角のサイコロ状に切る。
- ③さやえんどうはざっと塩茹でし、2cmほどの千切りにする。
- ④茶葉をお湯で戻し、茶漉しで漉した茶殻をみじん切りにする。ショウガはよく洗い、皮付きのまま千切りにする。
- ⑤フライパンにごま油と、ショウガを入れて炒めて香りが出たら、しいたけと牛肉と茶葉を加えて炒め、牛肉によく火が通ったら調味料をすべて入れて混ぜる。
- ⑥あくが出たら取りながら、汁気がなくなるまでさらに炒める。
- ⑦温かいご飯に⑤を入れて混ぜ、さやえんどうを上に乗せる。



ポイント

- ・茶葉は、普段は捨ててしまう茶殻を有効利用し、お茶の爽やかさと風味をプラスしています。
- ・人参やショウガの皮をむかずに使用し、皮が口に残らないように、細かく切ったり、下茹でしたりして食べやすくなるように工夫しています。

～豚肉と大根の煮物～

調理時間： 60分

使い切りレシピ



<栄養価> (1人分)

エネルギー	246kcal
タンパク質	8.4g
脂質	15.3g
炭水化物	17.2g
食塩相当量	2.3g

<ごみの量> (2人分)

通常メニュー	116g
エコメニュー	0g

※大根の葉は P.16、皮は P.17 でも使用。

●材料 (2人分)

大根	200g
肉 (薄切り)	80g
水	300g
みりん	11g
砂糖	14g
味噌	36g
大根の葉	6g

●作り方

- ①大根はきれいに洗って皮を厚めにむき、3.5～4cm厚みの半月切りにする。
- ②大根の葉はきれいに洗い、2cmの長さに切る。
- ③鍋に①の大根と豚肉・水・調味料を入れ、落し蓋と蓋をして弱火で50分煮込む。
- ④③の鍋に②大根の葉を入れて煮込んで仕上げる。
- ⑤器に大根、豚肉を盛り付け、大根の葉を小高に盛り付ける。



ポイント

- ・皮をむいた大根は煮物に使い、最後に彩りを考えて大根の葉を散らしています。
- ・大根の葉の残りは、ふりかけ (P.16) に使用します。
- ・むいた大根の皮は、カレー風味のきいたガレット (P.17) に使用します。
- ・大根の皮、葉を他の料理に使い、大根を丸ごと使用するのでごみが出ません。

～大根のふりかけ～

調理時間： 15分

使い切りレシピ



<栄養価> (小鉢1鉢分)

エネルギー	92kcal
タンパク質	2.7g
脂質	6.1g
炭水化物	5.7g
食塩相当量	1.1g

<ごみの量> (小鉢1杯分)

通常メニュー	60g
エコメニュー	0g

●材料 (小鉢1杯分：5人)

大根の葉	60g
ごま油	6g
かつお節	1g
しょうゆ	7g
酒	7g
砂糖	1.5g

●作り方

- ①大根の葉をよく洗い、5mm幅に刻む。
- ②フライパンにごま油を熱して大根葉を入れ、中火でしんなりするまで炒める。
- ③少ししんなりしたら、かつお節と調味料を加え、汁気が無くなるまで炒める。

👉ポイント

- ・普段、捨ててしまいがちな大根の葉を使用したふりかけです。
- ・大根葉の青臭さを消すために、かつお節を入れ甘辛くしっかりと味付けをすることで子供も食べやすくなります。おにぎりに混ぜたり、パスタに混ぜたりいろいろな使い方ができます。
- ・ごま油で香り付けをし、しょうゆの効いた味付けにしているので、ごはんがすすむふりかけです。
- ・調味料の水分がなくなるまでしっかり炒めることが味を染み込ませるポイントです。

～大根のガレット～

調理時間： 15分

使い切りレシピ



<栄養価> (1人分)

エネルギー	145kcal
タンパク質	5.0g
脂質	10.9g
炭水化物	6.3g
食塩相当量	0.6g

<ごみの量> (2人分)

通常メニュー	100g
エコメニュー	0g

●材料 (2人分)

大根の皮	100g
ベーコン	20g
とろけるチーズ	30g
片栗粉	9g
カレー粉	1g
コショウ	0.1g
オリーブ油	6g

●作り方

- ①大根の皮を5mmの千切りにし、レンジ(600W)で2分加熱する。
- ②ベーコンは2cmの長さで5mmの幅に切る。
- ③ボウルに、大根の皮・ベーコン・チーズ・片栗粉・カレー粉・コショウを入れて混ぜ合わせる。
- ④フライパンにオリーブ油を熱し、③の材料を入れて平らに広げ、フライ返しで押し付けながら表面がきつね色になるまで両面を焼く。

👉ポイント

- ・普段捨ててしまう大根の皮を利用したレシピです。
- ・大根の皮を柔らかくするためにレンジで加熱し、カレー粉で味をつけ食べやすくしています。
- ・フライパンで焼くときにフライ返しでしっかりと押し付けることで、カリカリの食感になります。

～野菜のかき揚げ～

調理時間： 30分

使い切りレシピ



<栄養価> (1人分)

エネルギー	69kcal
タンパク質	2.0g
脂質	0.9g
炭水化物	13.1g
食塩相当量	0g

<ごみの量> (4人分)

通常メニュー	152g
エコメニュー	7g

●材料 (4人分)

ごぼう	160g
かぼちゃの皮	100g
さつまいもの皮	25g
人参の皮	20g
<衣>	
薄力粉	35g
卵	35g
水	20g

●作り方

- ①野菜類は4cmの長さの千切りに切りそろえて、水気を切る。
- ②ボウルに卵と水を入れてよく混ぜ、ふるった薄力粉を加えてさっくりと混ぜる。
- ③②に野菜を入れて、全体に絡めるように混ぜる。
- ④しゃもじで形を整えながら180度の油で揚げる。
- ⑤揚げ物バットに立てかけるように置いて油をしっかりときる。

👉ポイント

- ・他の料理で使った野菜(さつまいも、かぼちゃ、人参)の皮を使用したかき揚げです。
- ・油で揚げることで野菜の甘味やうまみを引き出しています。
- ・揚げるときはフライパンに材料が半分つかるぐらいの量で揚げるとうすい油の量で揚げるすることができます。

～かぼちゃのポタージュ～

調理時間： 40分

使い切りレシピ



<栄養価> (1人分)

エネルギー	164kcal
タンパク質	4.9g
脂質	7.3g
炭水化物	19.8g
食塩相当量	0.9g

<ごみの量> (4人分)

通常メニュー	144g
エコメニュー	9g

※かぼちゃの種は P.20、皮は P.18 で使用。

●材料 (4人分)

かぼちゃ	正味 240g (皮付き 375g)
玉ねぎ	80g
バター	16g
顆粒コンソメ	6g
水	200g
牛乳	400g
コショウ	少々
乾燥パセリ	少々

●作り方

- ①かぼちゃは皮をむき一口大に切り、ワタから種を外す。玉ねぎはみじん切りにする。
- ②鍋にバターをとかし、玉ねぎをきつね色になるまで炒め、かぼちゃ(ワタも)を入れてよく炒める。
- ③②に水、コンソメを入れてかぼちゃが十分柔らかくなるまで煮込む。
- ④③をミキサーにかけて、再び鍋に戻して弱火で5～10分煮る。(水分が足りない時は水を足す)
- ⑤④に牛乳を少しずつ加えながら味をみる。少し煮込んでコショウで味を調える。
- ⑥器に盛って乾燥パセリを散らす。

ポイント

- ・生クリームを使わずに牛乳でもコクがでるよう工夫しています。
- ・塩を使わずにコンソメで味をつけているので減塩になっています。
- ・かぼちゃの種はクッキー (P.20) の材料として、皮はかきあげ (P.18) の材料として使用することでごみを減量しています。

～かぼちゃの種のクッキー～

調理時間： 60分

使い切りレシピ



<栄養価> (1人分)

エネルギー	271kcal
タンパク質	4.9g
脂質	15.6g
炭水化物	27.6g
食塩相当量	0.3g

<ごみの量> (30個分)

通常メニュー	40g
エコメニュー	0g

●材料 (30個分)

バター	100g
粉糖	80g
卵黄	1個分
牛乳	25ml

< A >

薄力粉	200g
ベーキングパウダー	4g

かぼちゃの種	40g
--------	-----

●作り方

※バターは室温に戻しておく、< A >を一緒にふるっておく。

- ①かぼちゃの種は殻ごとフライパンでこんがり焼き色がつくまで炒る。
- ②①のよく炒った種をミキサーで粉にする。
- ③ボウルにバターを入れ、泡立て器でクリーム状に混ぜる。
- ④③に粉糖を少しずつ加え、泡だて器ですり混ぜる。黄身を加えて混ぜ、牛乳を少しずつ加えながらその都度よく混ぜる。
- ⑤④に< A >と②のかぼちゃの種を加えてゴムベラで混ぜる。
- ⑥⑤を1つにまとめ、ラップを使って棒状に丸め、冷蔵庫で20分くらい休ませる。
- ⑦⑥を1cmくらいの厚さに切りわけて、オープンシートをしいた鉄板に並べ、180度のオープンで約15分焼く。表面に焼き色がついたらできあがり。



ポイント

- ・普段は捨ててしまうかぼちゃの種をフライパンで炒り、クッキーの生地に混ぜ込んだお菓子です。
- ・かぼちゃの種を炒って、ミキサーにかけて細かくして生地に入れることで、とても香ばしくなります。

～さつまいもケーキ～

調理時間： 60分

使い切りレシピ



<栄養価> (1人分)

エネルギー	184kcal
タンパク質	2.2g
脂質	8.3g
炭水化物	25.1g
食塩相当量	0.2g

<ごみの量> (6個分)

通常メニュー	25g
エコメニュー	3g

※さつまいもの皮は P.18 で使用。

●材料 (6個分)

<生地>

さつまいも	180g
無塩バター	50g
三温糖	40g
卵	50g

< A >

ホットケーキミックス	50g
ベーキングパウダー	1.8g

<トッピング>

さつまいも	30g
-------	-----

< B >

みりん	3g
はちみつ	5g
水	30g
黒ごま	2g

●作り方

<トッピング>

①さつまいもはきれいに洗い、皮付きのまま7mmのさいの目に切る。

②鍋に①のさつまいもと< B >を入れてやわらかくなるまで煮る。

<生地>

①さつまいもはきれいに洗い、皮をむいたさつまいもを1cmのさいの目に切ってやわらかくなるまで茹でる。

②①の茹で上がったさつまいもをボウルに移し、温かいうちにマッシャーでつぶす。

③②にバターと三温糖を入れて混ぜる。

④③に卵を少しずつ加えながらよく混ぜる。

⑤< A >の粉類を合わせてふるい、④に入れて混ぜ合わせる。

⑥アルミカップに生地⑤を入れて、トッピング用のさつまいもと黒ごまを真ん中にのせる。

⑦⑥を170度のオーブンで20分焼く。



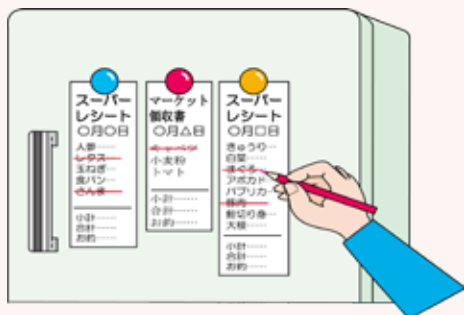
ポイント

- ・手軽に作れるようにホットケーキミックスを使用しています。
- ・ケーキ上のトッピングのさつまいもの甘煮は、皮付きにすることでごみを減量しています。
- ・生地やさつまいもの皮はかきあげ (P.18) に使用します。

私たちができるごみ減量

☆冷蔵庫・家庭内の在庫の管理

冷蔵庫などにしまった在庫を管理するには、オリジナルの表や、レシートを在庫リストに使うと効果的です。



★計画的な買い物

スーパーで特売品を買うことは節約の一つですが、実際は半分でもかかった野菜を安いからと丸ごと購入し、結局使い切れずに捨ててしまったら、逆に割高になります。

買い物は計画的にしましょう。



☆使いきり

野菜の種や皮は工夫次第で美味しく食べられます。栄養価も UP してごみも減るので一石二鳥です。

このレシピ集は環境省の「平成 29 年度 学校給食の実施に伴い発生する廃棄物の 3R 促進」の一環として、食品ロスは家庭以外でも発生しており、その中の一つに学校があります。給食は子供が食べていますが、好き嫌いやダイエット志向の影響もあり、給食を残してしまう子供もいるのみを通して、食品ロスの削減に取り組んでいます。

★食べきり

食べ残しはそのままごみになってしまいます。食べられる分量だけ作り、好き嫌いせず食べることが重要です。

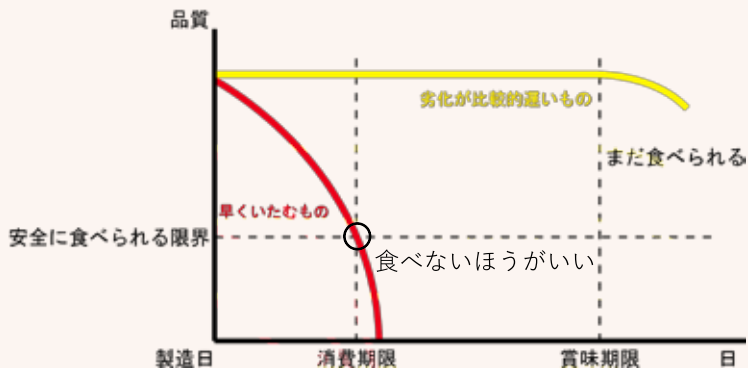


☆水切り

生ごみの8割は水分と言われています。しっかり水切りを行うことが大切です。

★期限表示の理解

消費期限は過ぎたら安全に食べられない期限ですが、賞味期限は美味しく食べられる期限です。賞味期限が過ぎてもすぐ捨てる必要はありません。臭いや見た目でも判断することも大事です。



「進モデル事業」により作成しました。

長するために必要な栄養がバランスよく摂取できるように、計算されたメニューになっています。ごみ減量推進課では、食事の大切さや好き嫌いによる影響を伝える取り組



宇治市リサイクル推進キャラクター“バックン”

お問い合わせ
宇治市ごみ減量推進課

〒611-8501

宇治市宇治琵琶 33 番地

☎ 0774-22-3141 (代)

