



# 6월 영양 소식

군산동고등학교 2022

날짜 (2022. 6. 2)

영양상담실  
☎(063)450-1160

## 제 목

## 음식물 쓰레기 줄이기



### 음식물쓰레기 줄이기! 왜 필요할까요?

음식물쓰레기는 수분이 많아 처리 과정에서 건조시설을 운영해야 하고 이를 사료화하고 재활용하기 위해서도 30%의 부재료를 혼합해야 하는 등 그 처리 과정에서 많은 자원과 비용이 필요합니다. 전 국민이 20%의 음식물쓰레기만 줄여도 연간 1,600억 원의 쓰레기 처리비용을 절감할 수 있습니다.



#### 자원 절약 효과

음식은 많은 자원을 들여 만들어집니다. 먹을 만큼만 재료를 구입하여 만들고 냉장고의 자투리 음식 재료를 활용하면 자원을 절약할 수 있습니다.



#### 경제적 효과

남은 음식물을 처리하는 데 많은 돈이 듭니다. 음식물을 남기지 않는 것은 돈을 아끼는 것과 같습니다.



#### 환경 보호

음식물쓰레기는 환경(물, 토양, 공기 등)을 오염시킵니다. 음식물을 남기지 않고 남긴 것을 잘 활용하면 환경오염을 막아 깨끗하고 아름다운 지구를 만들 수 있습니다.



#### 전 국민이 음식물쓰레기를 20% 줄인다면?

음식물쓰레기를 20%만 줄여도 연간 177만톤의 온실가스 배출량을 줄일 수 있습니다.

온실가스 배출 감소  
연간 177만 톤

승용차 47만대 감소 효과

소나무 3억6천만 그루 심는 효과

에너지 절약  
전 국민 기준  
18억 kWh

39만 가구 겨울나기 연탄 보급 가능

보일러 등유 226만 드림의 전력 절약

쓰레기 처리비용 절감 : 연간 1,600억원



### 음식물쓰레기 구분 방법

퇴비나 동물과 가축의 사료로 재활용될 수 있으면 음식물쓰레기입니다. 수분이 적고 딱딱하거나 해로운 것은 일반 쓰레기 종량제 봉투로 배출합니다.

#### 음식물 쓰레기가 아닌 것

 양파, 마늘, 옥수수 등의 껍질	 견과류 껍데기, 복숭아, 감 등 과실류의 씨
 조개, 전복, 소라, 게 껍데기와 달걀 껍데기	 소, 돼지, 닭 등의 동물의 털과 뼈, 생선 뼈
 채소 뿌리, 줄기와 옥수수대	 일회용 차 티백과 한약재 찌꺼기

#### 음식물 쓰레기 배출 요령

##### ☺ 채소 껍질을 줄입니다.

✓ 무, 감자, 오이 등의 껍질은 칼로 깎는 것보다 전용 필터를 이용하여 최대한 얇게 깎으면 부피를 3분의 1정도는 줄일 수 있습니다.

##### ☺ 물기를 빼서 버립니다.

✓ 망사로 된 봉투, 구멍이 뚫린 비닐에 넣어 물기를 충분히 뺀 뒤 베린 다나 집 밖에 두어 완전히 말린 다음에 버리도록 합니다.

##### ☺ 재료를 최대한 활용합니다.

✓ 피망, 고추 꼭지 등 먹지 않는 부분을 도려낼 때는 최소한의 부위만 도려내고, 되도록 많은 부분을 요리에 활용합니다.

##### ☺ 남은 요리 재료는 또 다른 조리에 이용합니다.

✓ 무, 양파 등의 다듬고 남은 요리 재료는 버리지 말고 국물 내는 데 넣으면 좋습니다. 양파 순은 파 대용으로 사용하고, 녹차를 우려낸 찌꺼기는 햇볕에 말린 후 냉장고 등에 넣어 탈취 효과를 얻을 수 있습니다.

## 음식물쓰레기 처리 방법



음식물쓰레기의 처리방법은 근본적으로 '감량화'가 우선적으로 실시되어야 합니다. 음식물쓰레기를 사료화 또는 퇴비화하여 재활용하는 '자원화'에 대한 재고 및 처리시 발생하는 문제점에 대한 적극적인 관심이 필요합니다.

자연환경의 보존과 경제적 손실을 줄이기 위해 음식물쓰레기 줄이기의 범국민적 실천이 요구됩니다.

### 음식물쓰레기로 인한 문제

환경 훼손	<ul style="list-style-type: none"> <li>에너지 낭비 및 온실가스 배출</li> <li>수거·처리 시 악취 발생</li> <li>고농도 폐수로 수질오염 및 해양배출 금지로 처리 어려움</li> </ul>
경제적 낭비	<ul style="list-style-type: none"> <li>식량자원가치 연간 약 20조원</li> <li>처리비용 8천억원 이상</li> </ul>
사회적 문제	<ul style="list-style-type: none"> <li>한식세계화에 걸림돌</li> <li>식량·곡물 자급률이 낮아져 농·축·수산물 수입증가</li> </ul>



### 음식물류 폐기물 처리시 문제점

소각 처리	<ul style="list-style-type: none"> <li>유해가스로 공기오염</li> <li>고가의 처리시설로 인한 자원손실</li> <li>호흡기질환, 발암성 오염물질 유발</li> </ul>
매립 처리	<ul style="list-style-type: none"> <li>악취발생,해충번식유발</li> <li>고농도 침출수 발생으로 토양 지하수 오염</li> <li>지반침하</li> </ul>
재활용 처리	<ul style="list-style-type: none"> <li>이물질 혼입 시 품질 저하, 가축의 질병 유발 원인</li> <li>건조가열시설 운영에 따른 비용증가</li> </ul>



### 지렁이를 이용한 음식물 처리

지렁이는 음식물을 먹고 분변토와 액비를 만드는데, 지렁이 배설물에는 흙을 기름지게 만들어 주는 성분이 있어 자연적인 비료로 사용할 수 있습니다. 지렁이의 몸무게는 약 0.5g 정도로, 하루에 몸무게 반 이상의 음식물을 먹습니다.

지렁이 먹이로 가능한 염분 농도는 0.5%이고, 대부분 음식물쓰레기 염분농도는 약 1%정도이므로, 이것을 씻어서 염분농도 0.4% 이하로 낮춰야 지렁이가 잘 먹을 수 있습니다. 또한 음식물의 수분이 과다할 경우 선충류가 발생할 수 있으므로 수분을 충분히 제거해야 합니다.



2022년 6월 2일

군산동고등학교장 (직인생략)