減らそう食品ロス　消費者が主役となって

食品ロスの削減に向けて

食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことを、「食品ロス」といいます。食品ロスは、もったいないだけでなく、ごみとして処分する際には環境に大きな負担をかけてしまいます。

食品を「おいしく、残さず食べきる」「食べきれない食材などは別の利用方法を考える」など、家計にもやさしい食品ロスの削減を今日からはじめてみませんか。

【消費生活センター】

世界の現状

世界では生産される食料の３分の１（年間約13億ｔ）が捨てられています。その食料の４分の１でも有効に活用できれば、飢餓で苦しむ全ての人を救えるとされています。

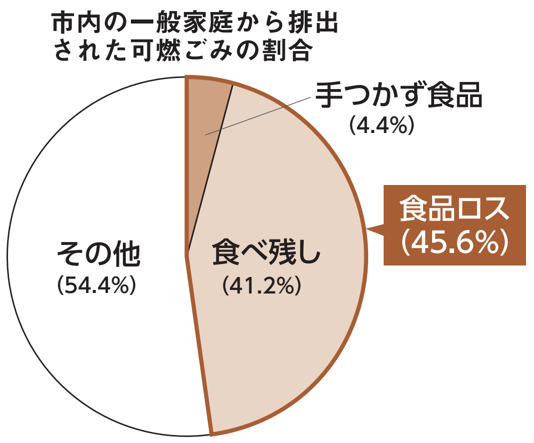
毎日お茶碗一杯分

日本では年間約612万ｔ（平成29年度農林水産省推計値）の食品ロスが発生していると推計されています。その中の約半分は一般家庭から出ています。

国民一人あたりに換算すると、毎日お茶碗一杯分の食べ物が食品ロスになっています。

家庭から出る食品ロス

橋本市では平成29年度に、一部の地域で収集した家庭系可燃ごみ（家庭から排出される可燃ごみ）を調査しました。その結果、約46％が食品ロス（約41％が食べ残し、約4.4％が手つかずで捨てられた食品）であることがわかりました。



減らそう食品ロス　消費者が主役となって

やってみよう！食品ロスを減らす工夫

①今、家に何があるかな？

お買い物に行く前に、冷蔵庫の中身を確認。メモの代わりにスマホなどで冷蔵庫内の写真を撮っておくのもいいでしょう。

②食材をかしこく・ムダなく保存！

冷蔵庫や保管庫に食材を入れるときは、透明の入れ物やカゴを活用し、「どこに何があるかすぐわかる」収納を心がけましょう。

③冷蔵庫すっきりデー

食材を使い切るために週に１度は、オムレツや具だくさんのお味噌汁などに余った食材を使い、おいしく食べきりましょう。

④外食するときは自分のおなかと相談

食べきれる量を考えて注文し、もし食べきれなかった場合は、持ち帰れるかお店の人に聞いてみましょう。

食品ロス削減シンポジウム

消費生活センターでは、持続可能な社会の実現に向けた消費行動を市民の皆さんに知っていただくため、「食品ロス削減シンポジウム」を開催する予定です。

●日程　10月24日(日)
●場所　教育文化会館
●講師　井出留美氏（食品ロス問題ジャーナリスト）
●内容　パネルディスカッションや映画の上映会

小さな行動の積み重ねが重要

食品ロスは、日常の小さな行動の積み重ねで減らすことができます。この問題の解決には、私たち消費者一人ひとりの意識を変えることが大切です。

「もったいない」を意識し、誰一人取り残さない、持続可能な社会の実現のために、あなたにできることから始めてみましょう。

使い切れない食材を寄付
フードドライブ

缶詰、お菓子、お米など、保存のきく食材を経済的に困っている人やこども食堂などに寄付する「フードドライブ」の取組みが全国各地で行われています。

橋本市でも今年度からフードドライブの実践に向けた協議会を立ち上げる予定です。詳細が決定次第、広報などでお知らせしますので、ご協力をお願いします。