質問②
食品ロスダイアリーを記入して思ったことや気づいたこと、家族と話しをしたことを書いてください。
調理くずが多かった。未使用のまますてた食品が少なくなかった。
私は食品など捨てていないと思っていましたが、調べてみると118円もむだにしていることに気づきびっくりしました。やっぱり気をつけないといけないなと思ったので、むだづかいしないように考えたいです。
私の家はほとんど未使用のまま捨てた食品がとても少ないことが分かりました。
私の家は食べ残しや未使用のまますてたりすることがあまりないから特に変化はなかったけど、記録することでどれだけすてたなどが分かったからやらないよりやったほうがいいと思いました。
わたしたちの家は最後まで残さないので食べ残しはほとんどない。２週間の調理くずなどだけで２千円ほど使っていることを知り、おどろいた。
私がおもっている以上にごみがでていることに気づいた。
我が家では、使わず捨てた物はありませんでした。日頃から冷蔵庫の中の整理して、ほしい物を買って１週間の料理を考えてます。だから食品ロスはありません。これからも続けていこうと思います。
ロスしたものを金額にしてみると、思っていた以上に金額が高かったのでもったいないと感じました。
冷蔵庫の中や食べ物の整理を毎日するように気をつけて、ご飯のメニューを工夫するようにしたり、買いすぎないようにする。
料理をするとき、ごみを出さないように気をつけてもごみは出ると思った。
料理をするし、毎回食品ロスがでるので料理の仕方を工夫しようと思いました。
料理くずをあまりださないようにしたら食品ロス（削減）につながる。
量が多いという理由がほとんどだった。
リメイクできる料理は、次の日にリメイクして、くふうして食べました。
よく使う野菜のへたや皮などのくずが多い。基本的に残り物は次の日に食べるので捨てることはありません。ただ、野菜をまとめ買いしていたんだ所があれば捨てるので早めに使うように気をつけます。
夕食に食べ残しがあっても次の日の朝食で食べたりしていたので食べ残しが少なかった。
やはり食品はのこしてはいけないと思いました。
安くてもたくさん入っていても使いきれないと思ったら少しわり高でも小分けになった方を買う。
安いからといって、野菜をむだに買わない。買ったことを忘れないようにしたい。
野菜をもらうことが多いから野菜をくさらせてしまうことが多い。食品ロスをなくすよう気をつけたい。
野菜をもっとのこらないように料理したいです。
野菜を残さず食べたいと思いました。
野菜をいっぱいもらうとくさらせてしまう。もったいないなと思う。
野菜や果物のくず以外は、あまりすてていない。
野菜もっとのこらないように料理したいです。
野菜の保存方法に気をかける。
野菜のへたを工夫したらなにかにできるのかを話した。
野菜の生ゴミをなるべく出さないように注意して減らしていきたいと思った。
野菜のくずのゴミが多いと思った。
野菜の皮を捨てることが多かった。コンポストに入れて堆肥として使用したいです。
野菜の皮や果物の皮など、調理くずが多かった。１週目、２週目どっちも1000ｇこえている。1,000円以上むだになっている。
野菜の皮も捨てずに作れる料理にしたり工夫して、これからも食品ロスをへらしたいと思います。
野菜の皮はどうやったらすてずにすむのか。
野菜の皮とかの調理くずはどうしたらへらせるか、ぎもんに思いました。食品ロスを減らしたいと思いました。

質問②
食品ロスダイアリーを記入して思ったことや気づいたこと、家族と話しをしたことを書いてください。
野菜と果物のごみ、くずがいっぱい出た。
野菜くずは多いが、くさらせたりするもの以外は全て毎日完食することができている。
野菜以外はあんまりすてていない。
野菜・果物の皮や芯が多い。
約500円の物をすてていてびっくりしました。
約1,000円もロスしていることに気づき、もっと減らそうと思いました。
もらって食べれる状態じゃない物は捨てたりするけど、買ってきた物で捨てることはない。いつもすてなくていいように気をつけて使っている。
もらったトマトがくさってしまった。はやく食べればよかった。
もとから自分のものは食べていた。
もっと冷蔵庫の中身を整理しようと思います。
もっとのこさず食べたいと思いました。
もっとすくなくしたい。
もっと少なかったと思っていたけど、思っていたより多かった。
めんどくさいと思ったし、そんなにのこしているんだと知ってびっくりした。
未使用のまま捨てるものは無かった。子どもは食べ残すことが多かったので今後は量を調節したい。
未使用のまますてる食品が少ないけれどあったので、安いからとむだに買わずに計画的に買物しようと思います。
未使用のまますてることはほぼない。捨てるものはほとんど野菜くず。自宅の畑でつくったものが多い。畑にほとんどうめるのでロスのようには感じない。畑にとってはプラス。
未使用のまますてた食品はなかったのでこれからもつづけたいです。
まめに冷蔵庫を見て、期限が近くなっていないかチェックしようと思った。
まとめ買いをしない。ぼくはすききらいをなくして食べるようにする。そうすれば食品ロスをなくすことができる。
まだ使えるものを使うようにして、フードロスへの意識が高まったこと。
まず思ったことは、買い物に出かける前に冷蔵庫のかくにんをすることと、食べきれないほどの食材を買わないようにしようと思います。
まえよりも食べのこしが入った。
毎日の調理くずがたまっていき、たくさん食品ロスしていることに気がつきました。これからは食べられる所は食べたり、消費期限の確認をしようと思いました。
毎日多くの調理くずが出てるのが分かった。食べのこしも多かったのでこれからも気をつけたい。
毎日、食品ロスをしないようにする。
保存の仕方を工夫しようねと話し合いました。
プラスチックのゴミが多かった。
プラゴミの多さにびっくりした。
プチトマトは早めに食べきろうという話になりました。
ふだんから買いすぎないように気をつけている。
普段あまり食品ロスについてあまり考えることがないので、家庭で少しでも食品ロスを出さないようにする為に考えるいい機械だと思いました。
豚肉は命をおとしてまでしてくれたのにすててしまってかわいそう。食べれないところはしょうがないけど、食べれるところは食べたいです。
表にあらわすと、食べものをのこさないようにしようと思います。

質問②
食品ロスダイアリーを記入して思ったことや気づいたこと、家族と話しをしたことを書いてください。
一つネギを使えきれずにすててしまったのがもったいなかった。
人からいただく食べものは食べないと思ったらことわる勇気をもとう。
パンの耳は冷凍してフレンチトーストなどのほかの料理にしてもらう。食べられる分だけ皿にもって食べのこさないようにしたい。
早めに食べておけばすてることがなかった。もったいない。 期限を見て確認していたらすてることはなかった。
始めての食品ロスダイアリーの記入だったので、自分の家のロスが多いのか少ないのかよくわからないなと思いました。でも、記入することでロスへの意識は高まった気がします。
はかってなかったけど、毎日はかったらけっこうむだにしていたと思います。
残った物は次の日の朝食、お弁当にすることがあるのであまり残らなかった。
のこしたらだめと思いました。
のこしたらダメだなと思った。
なるべく全部使い切ろうと思ったし、期限をすぎたものをけっこう捨てたからがんばろうと思った。
なにもせずにすてた物はありません。むだのないようにできたと思います。
夏休みだから外食が多く、あまり食品ロスはありませんでした。調理くずも意識することで減らすことができると思った。
夏野菜はいたみやすいから早めに食べよう。
夏は野菜や果物を作っている人からたくさんもらえるので、お金の節約になる。でも、もらいすぎて食べきれなくてくさってしまう時がある。食ロスになるので気をつけないといけないなあと母が言っていた。食ロスにならないように、ぼくは全部食べた。
夏場はくさりやすいので日持ちしない。年中とおしてもらいものは多く（特に野菜）、消費するように頑張るけれど、夏は難しいと思います。買いだめもコロナでできれば買い物回数を減らしたいと思うので、いくつかは食品ロスが出てしまうと思います。捨てるのはいけないのなら畑にまいて土に戻すなど、活用の方法に目を向ける方がいいと思います。どうしてもなんぼ頑張ってもロスは出ます。他県では土に戻す分解する機械を貸し出したり、助成金を出したりしているところもあります。「ダメだ、ダメだ」言うのではなく、それをどういかすかも考えて欲しいと思います。
とても残すのが多かったです。これからは買う量に気をつけます。
とくにない
とうもろこしやすいかは食べた後の廃棄率が高いことがわかりました。すいかは４０％、とうもろこしは５０％の部分がすてられていることにびっくりしました。
デジタルキッチンスケールを使うと、どんな食べものでもおもさをはかれてすごいなと思いました。
できるだけゴミを出さないようにする。
使い切ることが大切だと思いました。 むだな物は買わないようにしないといけないと思いました。
ちょっとの残し物が多い量になるんだなと思いました。
調理くずをでないようにするためにはどうしたらいいのか考えた。ひりょうにするなど、さまざまな方法があるということがわかりました。
調理くずばかりで期限がすぎてすてるなどありませんでした。
調理くずは２週間の合計で2451.5ｇもあることにびっくりしました。あと、全体的に卵のからが調理くずの中でいちばん多いことに気づきました。
調理くずの量が思っていたより多くおどろいた。いつも野菜をいっぱいくれているおじいちゃんおばあちゃんにかんしゃ！
調理くずだけでも捨てる量が多いなと思いました。
調理くずが毎日あったので工夫して食べたり何かに使える方法を考えたいと思った。
調理くずが多かったので何かの方法でなくしたいです。

質問②
食品ロスダイアリーを記入して思ったことや気づいたこと、家族と話しをしたことを書いてください。
調理くずが多いと思った。のこさず食べようと思った。
調理くずがいっぱいでているんだなと思いました。
卵のからと野菜・果物のごみが多かった。特に、果物のメロン・すいかの皮が重かった。夏なので野菜の傷みが早くすてたものがあった。料理くずはできるだけ減らそうと思った。
たべれない分とかにも２週間で8,910円も捨ててると思うと大切に使ったりしようと思いました。
食べれない子たちがいるから、これからは残さないようにする。
食べられる部分はだいたい食べきっていた。
食べものをむだにしない。
食べ物をむだにしてはいけないことがわかりました。
食べ物をのこさない。
食べ物を捨てるということがないように考えて作ってる。もし残ったとしても家族で分けたり次の日に食べたりしてる。
食べ物は大事にしないといけない。
食べのこしをなくすように食べられない物は食べれる人に食べてもらう。
食べ残しを捨てることが少なかったので、これからも続けていきたいです。
食べ残しをしていないから少ないと思ったけど、数字にすると多いなあと思いました。
食べ残しや捨ててしまうともったいないと思うようになった。できるだけ少なくしようと思うことが、大事だと思います。
食べのこしはしていないので、これからも毎日つづけたいです。
食べ残しの量などはかったことがなかったので知れてよかったです。
食べ残しが少なくても調理くずが多いことが分かった。
食べ残しが多いので、量を考えたり、野菜など早めに使うようにしたいと思いました。
食べのこしがあまりなかったのが良かった。調理くずが少しでもへらせるように、野菜を切る時にへたなど少し少なめに取るようにしたらいいと思った。
食べのこさないことが大切だと思った！
出された食事は家族中みんな残さず食べているので食べ残しはほとんどなかったですが、みしようのままの野菜が意外におおくてびっくりしました。
その日のこしても次の日たべるからあまりのこさない。
全部食べれるようになってうれしかった。
全体的に野菜くずが多いなと思いました。子どもの分は、残らない（食べ残しない）ように少量ずつ盛りつけて食べれるならおかわりをするというスタイルなので食べ残しがないです。
世界には食べる物がなく、困っている人もいるから食品ロスを減らしたいと思った。
捨てるものをあまり気にしていなかったのでこの機会に気にするようになって捨てるものがあるんだなあと思いました。
捨てる前に期限を早めに確認することが大事だと思いました。
捨てる食品はなかったけど調理くずは家族が多い分多く感じた。毎日お茶を７～８Lわかしているので、お茶葉の量が多かった。そのお茶葉を再利用できないか、と思った。
すててしまったものにたくさんのおかねがつかわれていることがわかった。
すててしまった食品を買うのに使ったお金が1,000円以上あってとてもびっくりしました。
すててしまうものが多かったので、これからはできるだけ使い切りをしようと思いました。
すてた量をはかることで罪悪感があった。作る量、買う量を考えることや食べ残さない努力をすることが大切だと思った。
すてた量を測ることで、すてる量をへらそうと意識しました。

質問②
食品ロスダイアリーを記入して思ったことや気づいたこと、家族と話しをしたことを書いてください。
少しの量を捨てていったら２週間でこんなにも捨てていたんだなと思いました。
すこしのこしたりしてしまいました。
少しの重さを捨てるだけでもだいぶもったいないと思った。
すききらいをへらす、かいすぎに注意する。
好き嫌いをこれからやらない。
すききらいしないで完食する。買いすぎないように注意してもらう。
すいかの皮が重いと思った。
調べてみたら、あまり食品を捨てていない。
初日によりもへっているので、これからもへらすことを心がけようと思いました。
食品をむだにしないようにしたいです。
食品を大切にできたなと思いました。
食品を買いすぎない。
食品ロスをしてもったいないなと改めて思った。
食品ロスをしてはいけないと気づく人がたくさんいると思いました。
食品ロスをしている
食品ロスをこんなにしていたと気づいて、とてもぎっくりしました。
食品ロスをあんまりだしたらお金もむだやし食べものもむだ。 親ができることはできるだけロスが出ないようなメニューを考えること。そして、子どもには最初少なめに盛りつけようと思いました。
食品ロスや問題が日々増えてきているのでこれからは気をつけようと思いました。
食品ロスはなかったですが、調理くずが毎日たくさんあることに気づきました。
食品ロスはあまりなかったけど、もっと工夫すると調理くずを減らせられるのではないかと思った。
食品ロスダイアリーを書くことによって、いつもよりごみを少なくしようといつもより気をつけた。家族みんなが気をつけて残さずご飯を食べた。
食品ロスしないことは大切だなと思いました。
食品ロスが問題になっていることを子供達と話し、世界には食べる物がない子供達が大勢いることを伝えた。
食品ロスがあまりなかった。
食品はいたむ前に使いきって、のこさず食べることが食品ロスをへらすことにつながる。
食品がたくさんムダになったなあと思いました。食べきれる量を作りたいです。
食材のむだをなくすためにすぐに使わない物は冷凍したり、消費期限が近い物から食べるようになった。食べれる分だけ調理するように心がけた。
賞味期限をちゃんとみないといけないんだなと思いました。
主にわが家は調理、野菜くずが多く捨てられている。
自分の知らないところで、これだけ未使用のまま捨てた食品があったんだと思った。
自分の家では、食べ残しや使用せずに捨てる物が少ないと気づいた。
自分ではぜんぜんのこしていないし、がんばってたべていたつもりだったけど、じっさいはたくさんすてていてもっとのこさずにたべようと思いました。
自分たちが買った物は使いきれていた。
自分たちが思っていた以上にロスが多かったのでびっくりした。これからは買いすぎ、期限チェックをこまめにし、できるだけムダのないよう気を付けていく。

質問②
食品ロスダイアリーを記入して思ったことや気づいたこと、家族と話しをしたことを書いてください。
自分がどれくらい食材や食べ残しをしているかが分かった。
在庫を確認したりして食べきるようにして捨てる量をへらそうと思いました。食べ残しをしないようにしたいと思いました。
こんなにロスしていることがわかった。だからのこさないようにがんばる。
こんなにも捨ててしまっているということが気付けてよかったと思う。次からどうするか考えて料理をしたい。
コロナ禍で仕事も忙しく、毎日時間がなくてできない。計らなくても意識できればいいのでは？
これから野菜とかをむだにしないように賞味期限に気をつけたいと思いました。
これからもへらしていきたい。
これからも心がけようと思いました。
これからも、すてるものをなくしていきたいと思った。
これからはたべのこししないことと食べれそうな量だけつくる。
これからはすてないようにしようということを話した。
ごみが多くてもったいないと思った。
こまめに買い物に行っていて、期限切れで捨てる物はあまりない。
ごはんを残しても次の日に食べたりしているのであまり捨てた食品はないと思うけど、これからも続けたいと思います。
ごはんをのこさず食べようと思いました。
ごはんを作らない日もあったのにこんなにゴミになっててびっくりした。弟の食べのこしをきんしします。
ご飯をしっかり残さず食べて食品ロスをへらそうと思った。
合計で1,975ｇもあったからびっくりした。
合計すると、たくさんの食品がロスしているということが分かりました。
こういう機会で、色々捨てたりしてもったいないなと気づけました。子供達と一緒に料理する時はこれからも気をつけていきたいと思います。
果物の皮などは食べられたらよかったと思いました。
果物の皮が重かった。すいかの皮を捨てる時は調理くずが重かった。
キュウリは家で作った物でたくさんできた為、古いキュウリが半分いたんので捨てた。
基本的にどうしても食べられないもの以外は残さず食べるようにしているので、ロスは少ない方かと思いますが、傷んでしまったものを捨てたりしないといけないのが反省です。
期限を早めに確認しようと思った。
期限切れで捨てないように、こまめに冷蔵庫を整理する。
皮や芯まで調理できるメニューを調べて作ってみたいと思った。世界にはおなかいっぱい食べられない子供もいるので、残さず食べることはすごく大切なことだと思った。
かったまま捨てることはほとんどなかったけれど野菜くずがとても多くておどろいた。沢山作りすぎない様にしようと思った。
家族の食事量を把握しているので多く造りすぎて食べ残す量が少ない。朝食時に果物を食べるので、調理くずが出やすい。調理方法や保存方法をもっと増やして捨てずに使い切れるようにしたい。
家族が多かったら食べ残しがへるかなと思った。 これからもむだな物をかわないように心がける。
家族が多いので作る量を間違えると残る場合があり、その事に気をつけて料理をしていきます。
書くのが大変だった。食品ロスについて家族と話したし、こんなお金が使われていたのがとてもおどろいた。
買う量を調節している。リメイクしたり冷凍したりしている。
買い物をする時、買いすぎてしまうくせがあるから気をつけようとと話しました。

質問②
食品ロスダイアリーを記入して思ったことや気づいたこと、家族と話しをしたことを書いてください。
かいだめはしない。毎日食べる分だけお買い物をする。
外食が多かったけど、家でご飯を食べたら調理くずがたくさんありました。
思ってたよりフードロスがあった。
思ってたより食べ残しがあったのでおどろきました。 これからはできるだけ食べ残しが少なくなるようにがんばりたいです。
思っていたよりもすててしまった食品を買うのに使ったお金が多かったので少なくできるようにしたいと思いました。
おもっていたよりゴミの量が多かった。
思ったよりロスが多いなと思います。
思ったよりも食べ物などをすてていたから、残さないようにしようと思った。
思ったよりも食べのこしが多かった。
思ったより未使用のまま捨てていると思いました。
おもったより食べ残しが少なくてよかった。
思ったよりごみを捨てていた。
思った以上に物が重たかったからびっくりした。
おばあちゃんおじいちゃんが一生けんめい作ってくれているので、野菜をもっと食べようと思った。
お金をむだにしない。
お金にかえたら、かかったと思いました。
おかずののこりや野菜のくずをできるだけ減らして、むだのないようにしていきたいです。
お母さんが作ってくれたごはんをゴミにしてはいけないと思った。
多めの食品を買いだめしない。必要な食品だけを買う。
うちは、食べ残しが多いと思いました。できるだけつくってくれたごはんをのこさず食べようと思います。
うちの家は食品ロスが少ないことを知りました。食品ロスがでないように買い物や献立に気をつけていることを知りました。自分は食べ残しが出ないように好ききらいせず食べるようにしたいです。
うちの家は必ず少なく買おうと思いました。
うさぎを飼っているから、野菜、果物のくずはでません。
妹と弟の食べのこしをまだ食べれそうだったらむだなく食べます！
妹と弟の食べ残しをまだ食べる。
妹がのこした食べ物が多かった。
今までキャベツのくずなどがすてていると意識していなかったけど、食品ロスダイアリーをやっているとやっている実感がでました。
いつも食べ物をのこさないように気をつけたり冷蔵庫に残っているもので料理を考えるので、未使用のまま捨てるような物はなかった。これからもつづけていこうと思います。
いつも気にしていなかった。調理くずや使わなかった食品がたくさんでてきてビックリしました。
いっぱい捨てていないと思っていたけど、けっこう捨てていた。
一週間でこんなにも調理くずと食べのこしがあると気付いた。
意識することで減らそうという気持ちになった。
意外に調理くずでお金がかかっていてびっくりした。
いがいと残しているものが多くてびっくりした。
いがいとすてる量が多いことに気づいた。

質問②
食品ロスダイアリーを記入して思ったことや気づいたこと、家族と話しをしたことを書いてください。
意外とすてている物が多いとおもった。
意外とお金がむだになっているんだなと思った。
案外食べ物を捨てていないことが分かった。
あまり捨てる物はなかったけど、たまにカビが生えていて捨てたり、くさっていたりする時があるからちゃんと計画を立て、作る量も考えようと思いました。
あまり買わずもらったりしている。
朝と昼はロスが少ないが、夜はロスが出やすい。
２割引きにちゅうい！ひつようなものだけ買おう。
２週目で減ってきていたのでこれからも気をつけていきたい。
２週間に150円ぐらいの食品がむだになっていることにおどろきました。これからは芯を細く切ったりして食べたりしようと思いました。
２週間で約45円損をしているんだと知った。
２週間でこんなに調理くずをすてていることにびっくりした。
２週間でけっこうお金がむだになっているんだなと思った。
２週間調べてみて野菜のくずが沢山捨てている事に気づいた。皮をそのまま使用したり、芯のほうも使える部分があったら使用し、できるだけすてるところをへらすことで調理くずもへらせるのではないか。いただいた野菜は一度に食べきれないので早く冷凍保存など工夫が必要と話しました。
246円も捨てていて、種類が偏っているので一切ロスが出ないようにしたい。こんなに偏っているのを知らなかったので、ロスダイアリーを通して今まで知らなかったことを知れた。
２～３日分まとめ買いしても急な外食があった為、消費期限の短い割引品がダメになってしまうことが続いた。なるべく冷蔵庫内をこまめに把握して冷凍するなど対策すればよかった。
１週間では少ないけど２週間では１ｋｇ近くあるのでおどろきました。
１週間で、1.5ｋｇ以上すてていると知った。とくにすいかの皮が重かった。
1,000円分もすててしまった。調理くずは毎日出た。少しでもゴミの量をへらそうと思いました。
1,000ｇをこえたゴミが多かったです。