もったいない!!
食品ロスを減らしましょう!!

まだ食べられるのに廃棄される食品のことを「食品ロス」といいます。

日本では年間４７２万トン※の食品ロスが発生しています。

食品ロスの半分は家庭から

食品ロスは、食品メーカーや小売店、飲食店、家庭などさまざまな場所で発生しますが、実は年間２３６万トン※の食品ロスは家庭から出ています。これは食品ロス全体では約半数にあたる量です。

※環境省「我が国の食品ロスの発生量の推計値（令和４年度）について」より

家庭から大量の食品ロスが出ているのはなぜ？

家庭から出される生ごみの中には、まだ手をつけられていないものが２割、さらにその４分の１は賞味期限前のものが捨てられています。また、野菜の皮を厚くむいてしまうなど、調理の際に食べられる部分を過剰に捨てたりすることも、食品ロスの原因になっています。

食品ロスはなぜ問題なの？

世界では９人に１人が栄養不足の状態

国連食糧農業機関によると、世界では約８億人が栄養不足の状態にあるといいます。これは世界の９人に１人が栄養不足の状態にあるといえます。一方、日本の食料自給率は、先進国の中で最低水準で、食料の６割を海外から輸入しています。私たちは海外から大切な食糧を輸入したうえで、その食料を食べられるのに捨てている、ということになります。

近い将来、世界は深刻な食糧難に

世界では今、発展途上国の経済発展とともに、一人あたりの食料消費量が増加する傾向にあります。また世界の人口は、現在の 73 億人から、2050 年には 97 億人にまで増加すると言われています。しかし、近年、世界の穀物の生産増加率は鈍化しています。このままでは近い将来、世界は深刻な食糧難に見舞われることが予測されます。私たちは食べ物を無駄なく大切に消費していく必要があります。

食品ロスを減らすために私たちができることは…

食材は必要なときに必要な分だけ買いましょう

値段が安いからと必要以上にまとめ買いしたり、買い置きがあるのを忘れて同じ食材を買ってしまったという経験はありませんか。これでは、食材を腐らせてしまう原因になってしまいます。買い物に行くときは、冷蔵庫の中を確認し、必要なときに必要な分だけ買うよう心がければ、ムダな食品ロスを減らすことができます。

余った食材も活用しましょう

食材は最後まで使いきり、食べきるよう心がけましょう。長ネギの青い部分やくず野菜なども、工夫次第でまだまだ料理に活用することができます。ベターホーム協会や、クックパッドの消費者庁のキッチンなどのホームページ（下記ＵＲＬ）では、食材をムダなく使いきる工夫がたくさん紹介されているので、参考にしてみましょう。

ベターホーム協会　http://www.betterhome.jp/taisetsu/index.php

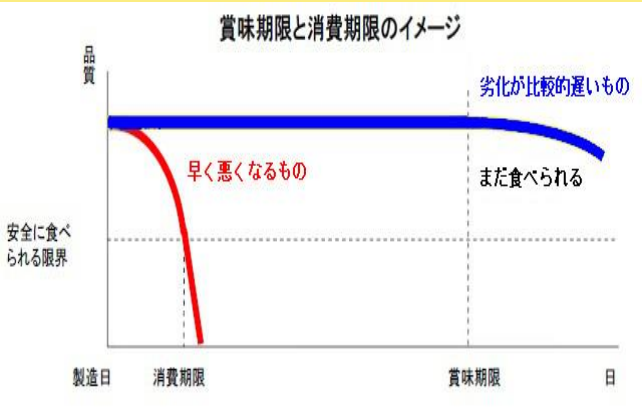
クックパッド　消費者庁のキッチン　https://cookpad.com/kitchen/10421939

賞味期限と消費期限を正しく理解しましょう

賞味期限･･･長期間保存できる商品に表示されています。「おいしく食べられる期限」なので、期限を過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。

消費期限･･･品質の劣化が早い食品に表示されています。「安全に食べることができる期限」なので、期限を過ぎた場合は食べないほうが安全です。

食品の期限表示には「賞味期限」と「消費期限」の２種類があります。賞味期限を過ぎた食品はすぐ捨てるのではなく、見た目や匂いなどで個別に判断してみましょう。



食べ残しをしない

外食のときに、注文した料理の量が多かったり、食べられない食材が入っていて残してしまった経験はありませんか。こうした食べ残しを減らすためには、注文時に料理のボリュームや食材を確認するとよいでしょう。あらかじめ「少なめにできますか」「〇〇を抜くことはできますか」とお願いしておけば、ムダな食べ残しを減らすことができます。

食品ロスを減らすためには、食べ物を大切にする気持ちが何よりも重要です。「残さず、感謝の気持ちでいただく」ことを忘れないようにしましょう。

食品ロスを減らすために役立つ情報

環境省　食品ロスを減らすために私たちにできること
https://www.env.go.jp/recycle//foodloss0215.pdf
消費者庁　食べ物のムダをなくそうプロジェクト
https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/

食べものに、
もったいないを、
もういちど。
NO-FOODLOSS PROJECT

お問い合わせ先

〒074-8650　深川市２条１７番１７号
深川市役所市民福祉部市民生活課環境衛生係　TEL　0164-26-2444(課代表)