

**知ってる？食品ロス事情**

「食品ロス」とは、本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことで、家庭から出る生ごみの約3割を占めています。

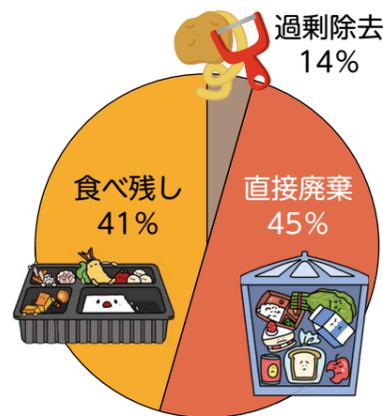
本市の家庭から出る生ごみは、1年間で約11,000トンと推計されるため、食品ロスは約3,600トンも発生すると考えられます。

これを市民1人あたりに換算すると、**毎日みかん(小)1個分(約87グラム)を捨てている**こととなります。(みかん小 87グラム×人口114,520人×365日=約3,637トン)

毎日みかん1個分の食品をムダにすると、1年間で東京タワーと同じ重さになるんだと！  
もったいねえ～！



**家庭での食品ロスの原因は？**



家庭で発生する食品ロスの状況と割合 (農林水産省及び環境省「令和4年度」推計より作成)

主な原因は、以下の3つです。  
○買いすぎや期限切れ等で、手つかずのまま捨ててしまう  
**「直接廃棄」**

○料理を作りすぎて食べきれずに捨ててしまう  
**「食べ残し」**

○野菜の皮や茎など、食べられるところまで厚くむいたり切って捨ててしまう  
**「過剰除去」**



食べずに捨てているものって多いんだなあ…  
みんなのおうちではどうだべ？

**手前どりを実践しよう！**

「手前どり」とは、商品棚の手前に並んでいる賞味・消費期限の短い商品を選ぶことです。この「手前どり」によって、手つかずのまま捨てられる食品ロスを減らすことができます。すぐに食べるときは「手前どり」を実践しましょう！

すぐ食べるなら「手前どり！」



**くらしの中の見直しポイント**

**1 買いすぎない 注文しすぎない**

**買い物編**

買い物前に、家にある食材をチェックしよう



使いきれ、食べきれの分だけ買おう

手前どりを実践しよう



**2 使いきる**

**外食編**

食べられる分だけ注文しよう



料理が余ったら持ち帰ろう



**3 食べきる**

**保存編**

冷蔵庫を整理し、食品の残りを「見える化」しよう！



ローリングストックで、食材をムダにしないルールを作ろう

冷凍保存をうまく使おう



週1回、鍋やカレーなど食材をたくさん消費できる料理を作り、冷蔵庫に眠る食材を一掃しよう

**調理編**

夕飯がいない場合は早めに連絡するなど、家族で作りすぎないためのルールを話し合おう



残った料理はリメイクして、楽しくおいしく食べよう



これならわたくしにもできそうだな！早速やるぞー！

