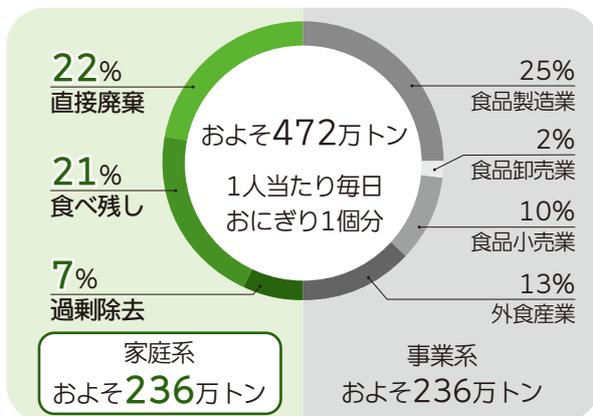


今月は、まだ食べられるのに捨てられてしまう「食品ロス」について考えてみましょう。
食品ロスの削減は、ごみの運搬・処分などにかかるCO₂排出量削減だけでなく、余分な買い物を減らすことで家計にも優しい取り組みとなっています。

おにぎり1個分を毎日捨てている？

日本で発生している食品ロスは【年間472万トン※】で1人当たりでは毎日おにぎり1個(103g)を食べずに捨てている計算になります。4人家族の場合、1週間でなんとおにぎり28個も捨てていることになるのです。
食品ロスの主な原因は①賞味期限・消費期限切れ(直接廃棄)、②食べ残し、③皮のむき過ぎ(過剰除去)です。



食品が家庭に届くまでに、製造・輸送などの過程でCO₂が発生しています。また、食品ロスの廃棄処分のために、ごみ収集車や焼却場からもCO₂が発生します。



食品ロス分の
生産や廃棄で
無駄なCO₂が
発生！



デカーボナイズーション(脱炭素)+エコ+活動・生活

今日からできる！食品ロス削減の取り組み

食品ロス削減のために私たちにどのようなことができるでしょうか。今日から簡単にできる取り組みを紹介いたします。たとえ小さな行動でも、一人一人が取り組みれば大きな成果につながります。
物価が高騰している今だからこそ、家計にも環境にも優しい「食品ロス削減」にチャレンジしてみませんか？

食品ロス削減チェックリスト

- 食品の適切な管理
 - 買い物の前には在庫をチェックする
 - 賞味期限、消費期限を確認して使い切る
- 買い物時の工夫
 - 必要なものをメモして買い物をする
- 料理の工夫
 - 余った食材は切り分けて調理しやすいように保管する
 - インターネットなどを活用して、余った食材を利用できるレシピを探す

