



減らそう！食品ロス



10月は食品ロスの削減月間 10月30日は食品ロス削減の日です

食品ロスとは、まだ食べられるのに、捨てられてしまう食品のことです。

実は今、世界で生産されている食料の3分の1が捨てられています。また、食品ロスは地球環境にも大きな負荷をかけています。誰も口にしない食料を作るために膨大な量の水や肥料、燃料等が使われ、さらにゴミとして処分するにもエネルギーを使っています。食品ロスは世界的な課題となっており、私たち消費者も買い物の仕方や調理法の工夫などで自主的に食品ロスに取り組むことが求められています。



今からすぐ実践しよう！

買 物

買い物に行く前に、家にある食材をチェックして必要なものをメモしよう。そうすることで、二重買いを防ぐことができます。まとめ買いを避け、食べきれる必要な分だけ買いましょう。



収 納

収納のポイントは「見える化」。冷蔵庫のどこに何があるかが、ひと目でわかる収納を心がけましょう。期限が近い食品を手前に置く等、ストックのルールを決めよう。



調 理

体調や健康、家族の予定も配慮し、食べきれる量を作ろう。残った食材は、リメイクして、工夫して使いきりましょう。消費者庁のクックパッドを参考にして、すぐにチャレンジ⇒



保 存

一度で使いきれない場合は、新鮮なうちに適切な下処理をして保存すれば、長持ちさせることができます。食品に記載された保存方法に従って、適切に保存しましょう。

「必要な量だけ購入して」「食べきる」ことが削減のポイントです。



食品ロスの削減は、家計の支出削減にもつながります。地球のために、世界の人々のために、そして自分のために、今日から食品ロス削減に取り組みましょう！



環境省ポータルサイトの食品ロス関連情報も掲載しています。詳しくはQRコードへ。



土岐市環境センター

0572-55-3325