

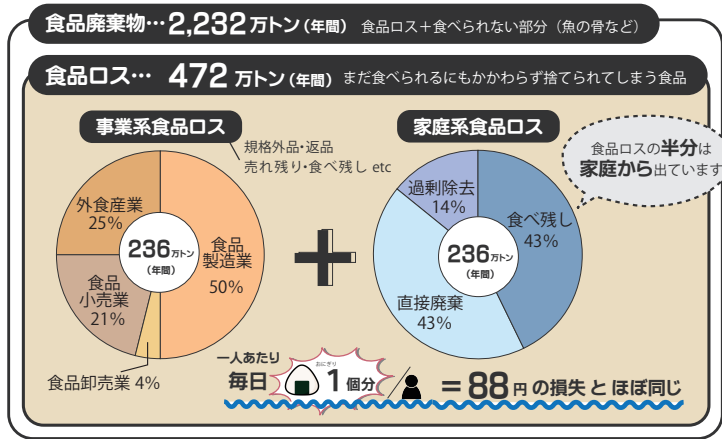
わたしたちは毎日おにぎりを1個ずつ捨てている!?! “もったいない”のは食べ物だけじゃない

まだ食べられるにも関わらず捨てられる食品を「食品ロス」といいます。日本では、2022年度に約472万トン(家庭から約236万トン・事業者から約236万トン)の食品ロスが出ており、一人あたり毎日おにぎり1個分の食材を捨てているのとはほぼ等しい量です。一方で、日本では食料の多くを海外からの輸入に頼っています。また、約9人に1人の子どもが貧困*であるとされています。食品を必要としている人に届く仕組みをつくり、環境面・社会経済面の両面から損失を減らす取り組みが課題となっています。* 相対的貧困(現在の日本の経済や生活の水準において大多数の世帯に比べて貧しい状態)を指す。

日本の食料を取り巻く現状

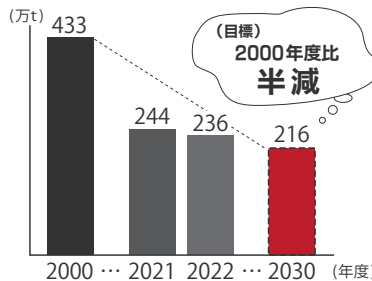
食品ロスの現状

消費者庁「食品ロスによる経済損失・温室効果ガス排出量の推計結果」より



家庭系食品ロスの削減目標

日本は、2030年度に家庭部門から出る食品ロスの量を2000年度比で半減させる目標を掲げています。



CO₂削減量 54 kg/人

家庭と外食の食品ロスがゼロになった場合

環境省「ゼロカーボンアクション30」より

こんな食品が捨てられやすい

- 1 主食 (ごはん・パン・麺類)
- 2 野菜
- 3 おかず

こんな理由で捨てられやすい

- 1 食べきれなかった
- 2 傷ませてしまった
- 3 賞味・消費期限が切れていた

食品ロスが与える影響と社会状況

日本は諸外国に比べて食料自給率が38%と低いにもかかわらず、大量の食品ロスを出しています。また、食品ロスの処理に伴いCO₂排出や経済的な損失など環境や社会経済に大きな影響を及ぼしています。コンビニ・スーパーマーケット・飲食店・ホテルなどで発生した食品ロスは「事業系一般廃棄物」に区分され、その処理費用は、家庭から排出される一般ごみと同様に税金でまかなわれています。



消費者庁 HP「食品ロス削減関係参考資料」「食品ロス削減マニュアル」「食品ロス削減ガイドブック」、環境省 HP「デコ活らしの中のエコロがけ」より

あなたは何タイプ? 食品ロス発生の原因を Check!

消費者庁「食品ロス削減マニュアル」より

あなたのご家庭に食品ロスはありますか? また、ご家庭での食品管理にはどんな傾向があるでしょうか。よく当てはまるタイプから食品ロスの原因を探り、自分に合った対策を見つけてみましょう。

作り過ぎタイプ

- 料理やお菓子作りが好き
- 野菜や肉をよくまとめ買います
- おかずはまとめて大皿に盛り付けて出す
- 新しい調味料や珍しい食材は試したい
- その日の気分で料理を決める
- 食べ残して捨てることある

買い過ぎタイプ

- 買い物に行くのが好き
- 特価品について手が伸びる
- 使う前に野菜がしなびてしまう
- いつも使う食材はつねにストックがある
- 新しい調味料や珍しい食材は試したい

ためこみタイプ

- 冷蔵庫・冷凍庫の中身がつかねにいっぱい
- 使いかけ・食べかけの食材がたくさんある
- 家にあるのに同じものを買ってしまう
- 買ったはずの食品の置き場がわからない

おくぼりタイプ

- 特価品について手が伸びる
- 野菜や肉をよくまとめ買います
- 冷蔵庫・冷凍庫の中身がつかねにいっぱい
- “いつか食べるかも”と 思っている食品がある

片付け苦手タイプ

- 買った食材はそのまま冷蔵庫に入れる
- 買ったはずの食品の置き場がわからない
- いつ開封したかわからない食品がある
- 期限切れの食品が冷蔵庫の奥から見つかる

対策 A・B を Check!

対策 A・C を Check!

対策 A・D を Check!

対策 B・C を Check!

対策 A・D を Check!

食品ロス 基本のキ! 0

買すぎない・作りすぎない・食べ残さない 少しの気遣いで食品ロスを減らすことができます!

A 買い物のときに注意!

B エコクッキングに挑戦!

C 「見える化」で ストレスフリーな冷蔵庫を!

D 食材を美味しいまま長持ち!

▼ 次頁につづく

- | | | | |
|---|---|---|---|
| <p>A 買い物のときに注意!</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 家にある食材を優先的に使う 2 使いきれ的分だけ買う 3 買い物の前に家にある食材をチェック 4 人・社会・環境のことを考える | <p>B エコクッキングに挑戦!</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 作りすぎない工夫をする 2 残った料理をリメイクする 3 “在庫一掃の日”に食べきる 4 野菜の食べられる部分を知る | <p>C 「見える化」でストレスフリーな冷蔵庫を!</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 食品をカテゴリ分けする 2 食品の置き場所を決める 3 とりあえずのスペースをつくる 4 ストックのルールを決める | <p>D 食材を美味しいまま長持ち!</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 買ったらずぐに下処理をする 2 新鮮なうちに冷凍し、解凍後もすぐに調理する 3 使うときのことを考えて保存する 4 冷凍できる食品を知る |
|---|---|---|---|

-食品ロス0の社会に向けて- わたしたちが今日からできること

<p>買い物で</p> <p>すぐに食べるなら手前から!</p> <p>てまえどり</p> <p>購入してすぐ食べる場合に、商品棚の手前にある商品など賞味期限・消費期限の迫った商品を積極的に選ぶ購買行動。 環境省「てまえどり」ダウンロードページより</p> <p>食べ切れずに捨ててしまう前に…</p> <p>フードドライブ</p> <p>家庭で余っている食品を持ち寄り、地域の福祉団体やフードバンクなどに寄付する活動。全国のスーパーマーケットや地方公共団体に常設の専用BOXが設置されています。 消費者庁「食品ロス削減マニュアル」より</p> <p>家庭内で</p> <p>お宅の冷蔵庫に隙間はありますか?</p> <p>冷蔵庫 冷気を循環させるため7割ほどを目安に詰める</p> <p>冷凍庫 冷気の排出口をふさがないようにし、出来るだけ隙間なく詰める</p> <p>食品の鮮度を保つことだけでなく省エネにもつながります</p>	<p>外食時に</p> <p>食事そっちのけでおしゃべりに夢中になってない!?</p> <p>3010運動</p> <p>宴会時に、乾杯からの30分間とお開き前の10分間は自分の席で料理を楽しみ、食べ残しを減らそうという呼び掛けの名称。幹事が意識することが重要です。 消費者庁「食品ロス削減ガイドブック」より</p> <p>どうしても食べきれないときは…</p> <p>ドギーバッグ</p> <p>レストランやパーティーで食べきれずに残ってしまった料理を持ち帰る容器のこと。日本でも一部の自治体や団体が持ち帰りの推進に取り組んでいますが、まだまだ普及には至っていません。環境省「食品ロス削減ポータルサイト」より</p>
---	--

-滋賀県では-

導入事例の紹介

三方よし!!でフードエコプロジェクト

“滋賀県ならではの”精神にもとづく取り組み

近江商人たちが昔から大切にしていた、売り手よし・買い手よし・世間よしの「三方よし」の精神をもとに、事業者・団体・行政等が協力して食品ロスを減らす県民運動です。滋賀県ではこの一環として、食品ロス削減に取り組む飲食店・宿泊施設・食料品小売店を「三方よしフードエコ推奨店」として登録し、取り組みを広く紹介しています。

滋賀県「三方よしフードエコ推奨店検索サイト」より

このマークが目印!

飲食店・宿泊施設 では…
・食べ残しを少なくするメニュー設定
・無駄のない食材の確保・使い切りなど

食料品小売店 では…
・ばら売り・量り売りによる販売
・割引販売 などに取り組んでいます。

もっと知りたい方はこちら▶

<https://shigaquo.jp/foodeco/>

- おうちでやってみよう!**
- ネットゼロアクション**
- 👍 買い物の前に冷蔵庫の中身を確認しよう
 - 👍 すぐに食べるものは“てまえどり”をしよう
 - 👍 食べ切れる量を注文・購入しよう
 - 👍 食べられそうにない食品は、期限内に近くのフードドライブへ持っていこう
 - 👍 それぞれの食品の置き場所を決めておこう

お知らせ

ネットゼロ通信 読者キャンペーン

アンケートにご回答いただいた方から抽選で、5名様に「スタッシャー BAG IN セット」が当たります。ぜひ応募ください!

スタッシャー BAG IN セット (シリコン製保存容器)

【応募締切】▶2025年2月5日まで

- 当選発表は、グッズの発送に代えさせていただきます。
- 画像はイメージです。
- 過去にご応募いただいた方も応募が可能です。

1分程度で終わります! ▶ 申込はこちら▶

<https://ttzk.graffer.jp/pref-shiga/smart-apply/surveys/6839618459981663806>

(販売: 株式会社ボーテ福原)