

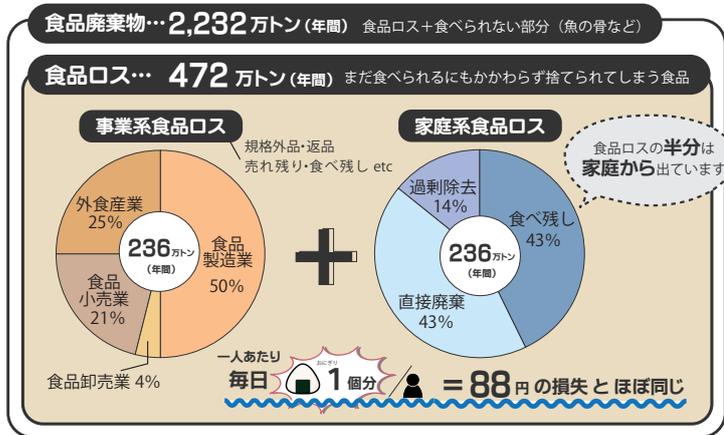
## わたしたちは毎日おにぎりを1個ずつ捨てている!? “もったいない”のは食べ物だけじゃない

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同ほ等しい量です。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

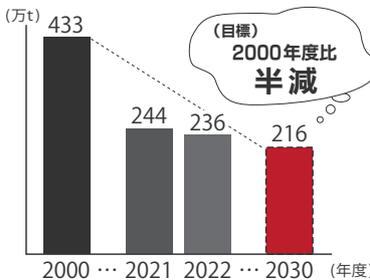
#### 食品ロスの現状

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。



CO<sub>2</sub>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CO<sub>2</sub>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「デコ活くらしの中のエコろがけ」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。

<p>✓ <b>作り過ぎ</b> タイプ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>料理やお菓子作りが好き</li> <li>野菜や肉をよくまとめ買する</li> <li>おかずはまとめて大皿に盛り付けて出す</li> <li>新しい調味料や珍しい食材は試したい</li> <li>その日の気分で料理を決める</li> <li>食べ残して捨てることがある</li> </ul>	<p>✓ <b>買い過ぎ</b> タイプ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>買い物に行くのが好き</li> <li>特価品について手が伸びる</li> <li>使う前に野菜がしなびてしまう</li> <li>いつも使う食材はつねにストックがある</li> <li>新しい調味料や珍しい食材は試したい</li> </ul>	<p>✓ <b>ためこみ</b> タイプ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>冷蔵庫・冷凍庫の中身がつかねにいっぱい</li> <li>使いかけ・食べかけの食材がたくさんある</li> <li>家にあるのに同じものを買ってしまう</li> <li>買ったはずの食品の置き場がわからない</li> </ul>	<p>✓ <b>おくぼり</b> タイプ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>特価品について手が伸びる</li> <li>野菜や肉をよくまとめ買する</li> <li>冷蔵庫・冷凍庫の中身がつかねにいっぱい</li> <li>“いつか食べるかも”と 思っている食品がある</li> </ul>	<p>✓ <b>片付け苦手</b> タイプ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>買った食材はそのまま冷蔵庫に入れる</li> <li>買ったはずの食品の置き場がわからない</li> <li>いつ開封したかわからない食品がある</li> <li>期限切れの食品が冷蔵庫の奥から見つかる</li> </ul>
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

