

おいしく残さず食べきろう！

／ いただきま〜す！ ／



食品ロスを減らすためにできること

買い物



- ・すぐ食べる食品は、陳列順に購入する
- ・食材を買い過ぎない
- ・買い物の前に必ず冷蔵庫の中を確認する

調理



- ・食べられる分だけ作る
- ・食材が余ったときには、別の料理に活用する
- ・食べきれなかった分は冷蔵庫で保存し、早めに食べる

保存



- ・冷蔵庫の中の配置を工夫する
- ・賞味期限や消費期限をこまめに確認する
- ・冷凍するなどの傷みにくい方法で保存する

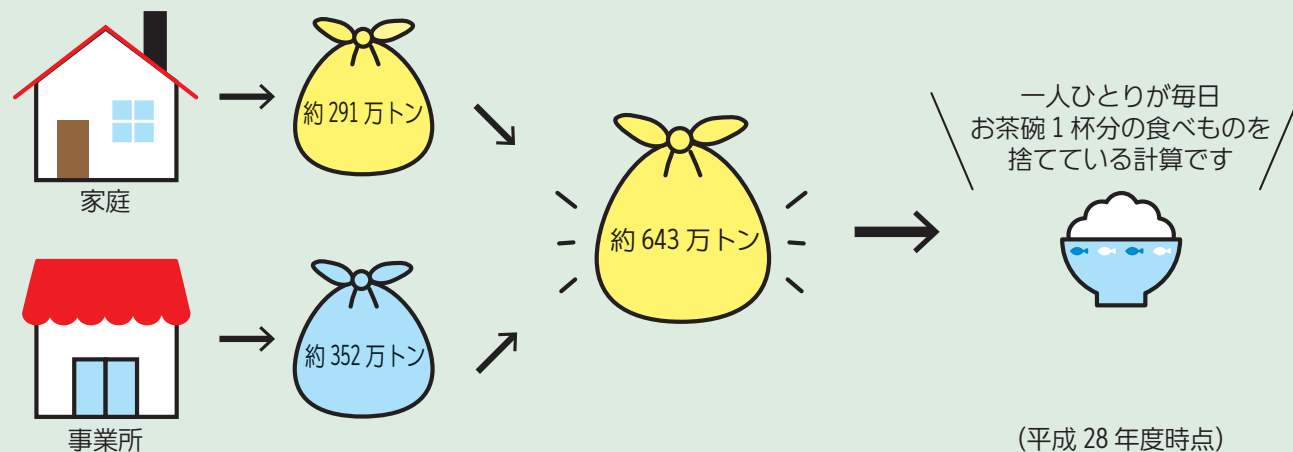
幸手市の取り組み

市では、家庭から排出される生ごみの減量化を促進することを目的として、自家処理のために生ごみ処理容器および、生ごみ減量化機器を購入した人に対し、補助金制度を設けています。また、食品ロス削減啓発ポスターを作成し、市内公共施設や小・中学校に掲示をしています。埼玉県でも「食べきり Sai TaMa 大作戦」が推奨されています。これからの季節、お酒を飲む機会も増えると思います。宴会のお開き前 15 分間を「食べきりタイム」として、提供された料理を楽しむ時間を設けましょう。食品ロス削減に向けて、私たち消費者一人ひとりが主体的に取り組むことが重要です。

食品ロスについて考えてみませんか？

食品ロスの現状

食品ロスとは、本来食べられるにも関わらず捨てられてしまう食べ物のことです。



食品ロスの種類

家庭で発生する食品ロスは、大きく 3 つに分類されます。

食べ残し

食卓にあがった食品で、食べきらずに廃棄されたもの。

直接廃棄

賞味期限切れなどにより、使用・提供されず、そのまま廃棄されたもの。

過剰除去

厚くむき過ぎた野菜の皮など、食べられない部分を除去する際に過剰に除去された食べられる部分。

出典 環境省「食品ロスポータルサイト」

▶ 捨てる前に確認してみましょう。

資源ごみの分別徹底

紙類・布類やプラスチック製の容器包装、ペットボトル、かんやびんなどの資源物はそれぞれの処理工程を経てリサイクルされています。

みなさんが日常手にしているものには、リサイクルの目印としてさまざまなマークが付けられています。これらのマークを認識して、みんも分別徹底のための第一歩です。

リフューズ
リデュース
リユース
リサイクル

紙

■燃やせるごみの減量

みなさんのご家庭やお店などから排出される「燃やせるごみ」の多くは、生ごみの水切りや、ごみの分別により減量することができます。

ごみ出しのルール

- ・きちんと分別する
- ・収集日の確認をする
- ・当日の朝 8 時 30 分までに地域の決められた集積所に出す

4 R 運動

- ・Refuse…不要なものは買わない・断る
- ・Reduce…ごみも資源ももともと減らす
- ・Reuse…繰り返し使う
- ・Recycle…資源として再利用する

欲しいものが入る便利な社会になった一方で、買い物や食事の後は、必ずごみが出ています。ごみが多くなり、処理に使用するエネルギーが増えることで、二酸化炭素発生量も増加し、温暖化の原因にもなります。

たくさんものを作り、使い、捨てる「使い捨て型社会」から、今までごみとして捨てていたものを「資源」として繰り返し使う「循環型社会」に変えていかなければなりません。

限りある資源を有効活用するためにも、ごみ出しのルールを守ることがもちろん、ごみを減らす「4 R 運動」の実践で、ごみの減量化・再資源化を徹底しましょう。

再資源化にご協力を

