

食品ロスを減らす工夫

ご家庭編

♡ 適切に保存する

食品に記載された保存方法に従って正しく保存し、一度に食べきれない野菜は、冷凍・乾燥などで下処理をする。

小分け保存などで、食材を長持ちさせる工夫を。

♡ 食材を上手に使いきる

残っている食材から使いきり、作り過ぎて残った料理は、リメイクレシピなどで工夫を。

♡ 食べきれぬ量を作る

家族の健康や体調、予定も配慮し、食べきれぬ量を作る。

お買物編

♡ 買物前に食材をチェック

無駄をなくするため、買物前に冷蔵庫や食品庫にある食材を整理・確認する。

冷蔵庫の中身をメモ書きや携帯・スマホで撮影し、買物時の参考にします。

♡ 必要な分だけを買う

まとめ買いを避け、使う分、食べられる量を買う。

♡ 期限表示を知って賢く買う

利用予定と照らして、期限表示を確認し、すぐに使う食品は棚の手前から取る。

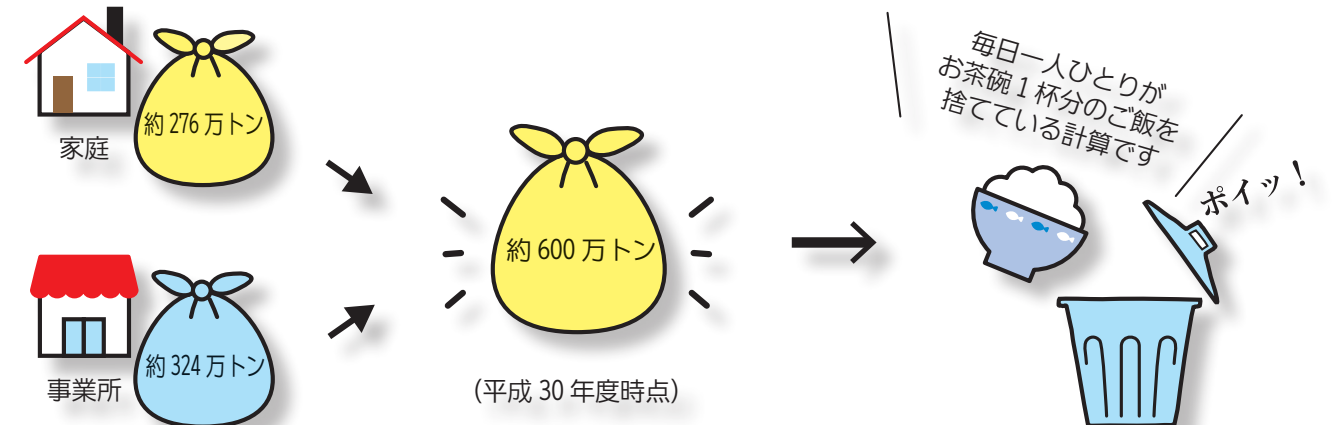
※消費期限の短いものから棚の手前に置いてあることがあります。お店での食品ロス削減にもつながるのでご協力をお願いします。

もったいない！ MOTTAINAI

食べられるのに捨てられる「食品ロス」を減らそう！

食品ロスってなあに？

まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。食品ロスは、日本で年間約 600 万トンと推計され、日本の人口 1 人当たり「お茶碗約 1 杯のご飯 (130g)」が毎日捨てられている計算になります。



みなさんは、まだ食べられるのに捨てられている食べ物がこんなにあることを知っていましたか？
食品ロスは、大部分が生ごみとして焼却処理されるため CO2 排出や焼却後の灰の埋め立てなどによる環境負荷も考えられます。

もったいない！ MOTTAINAI

..... ▼ 生ごみを出すときは水切りを ▼

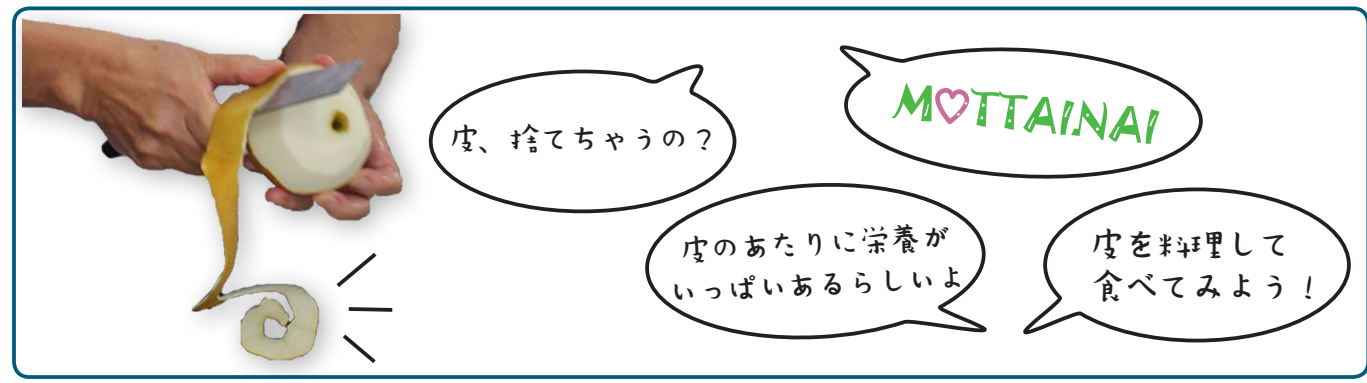
生活の中で、食品ロスを減らす工夫をしても、生ごみをゼロにすることは難しいと思います。生ごみなどの処理は焼却処理となり、生ごみは水分を多く含み燃えにくいので、燃料をより多く使用することにつながります。みなさんにご協力いただきたいことは、生ごみを燃やせるごみとして出すときは、よく水を切って水分を減らすことです。ご協力お願いします。
10 ページでは「ごみ処理費用」について触れます。

..... ▼ 生ごみ減量化のために ▼

市では、生ごみを減らすため、発生してしまった生ごみを自宅で処理できる生ごみ処理容器等購入費補助金制度を実施しています。(※予算残額などは市のホームページをご覧ください。)



市ホームページ



「新しい生活様式」編

新型コロナウイルス感染症の再拡大により、「三つの密」の回避や感染リスクが高まる「5 つの場面」に引き続き注意する必要があります。こういった状況の中、食品ロス削減にもつながる以下のようなサービスを利用してみませんか？

♡ 飲食店のテイクアウト販売の活用

飲食店では、仕入れた食材を無駄にしないよう、お弁当や総菜のテイクアウト販売を行っているところがあります。自宅にいながらブロの味わいを楽しめ、食品ロス削減にもつながるテイクアウトを積極的に活用しましょう。

♡ 引き取り手がなく捨てられそうな農作物などを販売するインターネットサイトの活用

飲食・食品販売時間の縮小で、生産、収穫されたが行き場を失った新鮮でおいしい農水産物・加工食品を安価で販売するインターネットサイトが開設されています。これを活用すれば、自宅にいながら食品を購入でき、食品の廃棄を防げます。

※詳しいサイトについては、消費者庁のホームページをご覧ください。

プラスチックごみを出さない
ライフスタイルを！

10 月は「3R」推進月間です。プラスチックごみ削減にご協力をお願いします。

■ごみになるものは買わない！

「Reduce: 発生抑制」
・買い物にはマイバックを持参し、レジ袋を購入しない。
・お出かけにはマイボトルを持参し、使い捨て容器の購入を控える。
・使わずに済むときは、使い捨てのストローやスプーンなどは買わない。
・簡易包装の商品を選んだり、過剰包装を断る。

■ごみにならない商品を選んで繰り返し使う！

「Reuse: 再利用」
・修理や部品の取り替えが容易な商品を選び、繰り返し使う。
・詰め替え可能な商品を利用する。
・自分で使わなくなったおもちゃや服は、使ってくれる人に譲る。

■ごみとして出すときは 分別して捨てる！

「Recycle: 再生利用」
・資源として生かせば、ごみの減量化になる。
・ペットボトルなど資源になるものは、キャップをはずして、ラベルをはがすなど、適切に分別する。