

もったいない!

食べられるのに捨てられる



食品ロスを減らそう!!

問 環境課 (西館1階) 【担当】石井・山崎 ☎37・6102

まだ食べられるのに捨てられている食べ物、いわゆる「食品ロス」が日本では年間約632万トンにも上ります。これを日本人1人あたりに換算すると、毎日お茶碗約1杯分(約136g)のご飯の量を捨てていることになります。

大切な食べ物を無駄なく消費し、食品ロスを減らして環境面や家計面にとってもプラスになるような、簡単な工夫をご紹介します。

削減の工夫(1) 食材を「買い過ぎず」「使い切る」「食べ切る」!

値段が安いからといって食材を買い過ぎたり、在庫があるのを忘れて同じ食材を買ってしまったりすることは、結局使い切れずに食材を腐らせてしまう原因にもなります。

そんな無駄を防ぐためにも、買い物の前には食品の在庫を確認し、必要なものだけを買うようにしましょう。また、買ったものは使い切る・食べ切るようにしましょう。



削減の工夫(2) 「賞味期限」と「消費期限」の違いを理解!

「期限が切れているから」と捨てる前に一度確認しましょう。

賞味期限

消費期限

意味

おいしく食べることのできる期限。
この期限を過ぎても、すぐに食べられないということではありません。

期限を過ぎたら食べないほうがよい期限。

表示

賞味期限が3か月を超えるものは、
年月で表示し、3か月以内のものは
年月日で表示。

年月日で表示。

対象食品

スナック菓子、
カップめん、缶詰、
レトルト食品、
ハムソーセージ、卵など。



弁当、サンドイッチ、
生めん、惣菜、
ケーキなど。

