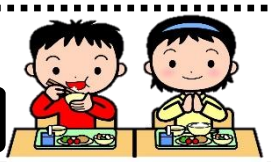
食育だより

令和６年度
10月



（毎月19日は食育の日）

北名古屋市給食センター

もったいない

食べものに、
もったいないを、
もういちど。
NO-FOODLOSS PROJECT

ロゴマーク「ろすのん」

食べられる食品を捨ててしまう「食品ロス」は今や世界的な課題となっています。
この削減に向け、わたしたち一人ひとりはどのような行動がとれるのでしょうか。

日本の食品ロスの量

国民全員が毎日、
おにぎり1個分の食品を捨て続けている

出典「農林水産省『aff（あふ）2023 年 10 月号』」

「食品ロス」は、日本で１年間に約523万トン（令和３年度推計）発生しています。**一人あたりの「食品ロス」量で見ると、毎日おにぎり１個分（約114ｇ）の食品が捨てられていることになります。**

このうち約47％は家庭から出ており、毎日の生活の中で一人ひとりが意識すれば減らすことができる「食品ロス」です。

「食品ロス」を廃棄するために余分なエネルギーを使うことになり、**環境にも良くありません。**環境のためにも、みんなで「もったいない」を減らしていきましょう。

家庭での食品ロスの原因トップ3

（農林水産省『食育に関する意識調査報告書（令和２年３月）』より）

１位　消費・賞味期限内に食べられなかった
２位　購入後、冷蔵庫や保存場所に入れたまま存在を忘れてしまった
３位　必要以上に買いすぎてしまった

資源やエネルギーを大切に！ 食品ロスをなくそう！クイズ

食品ロスをなくす工夫をしている行動に、〇をつけましょう。（いくつでも）

①買い物に行く前に冷蔵庫の中身をチェックする。
②卵や牛乳など、奥にある新しい商品を選ぶ。
③曲がったきゅうりなど不ぞろいな野菜を買う。
④賞味期限が切れていたら、すぐに捨てる。
⑤食べきれる量だけ調理する。

こたえ　①③⑤
[②売れ残った商品は捨てられてしまうので、手前にある期限の近い商品を取るとよい。
④賞味期限は「おいしく食べることができる期限」なので、すぐに捨てるのではなく、食べられるかどうか判断することが大切。]