

特集

# 10月は3R推進月間です！

## 食品ロスを削減しよう！

食品ロスとは「食品廃棄物のうちまだ食べられるのに捨てられてしまっている食品」のことをいいます。日本では年間約621万トンの食品ロスが発生しており、これは国民1人1日あたりお茶碗1杯分のご飯を捨てているのと同じ量に相当します。このうち家庭では約282万トンの食品ロスが発生しています。

食品ロスを出すことは、食べ物を作る際の資源や運搬に係わるエネルギーなどが無駄になるだけでなく、ごみとして運ぶ際のエネルギー消費や焼却に伴うCO<sub>2</sub>の発生により地球温暖化の原因にもつながります。

次のような工夫で食品ロスを減らすことができますので、ぜひ取組に御協力ください。

### 食品ロス発生主な原因

① 買いすぎ



② 過剰除去



③ 作りすぎ・食べ残し



④ 期限切れ



## わたしたちにできること

- 食材の「使いきり」、料理の「食べきり」、生ごみの「水きり」の「3きり」の実践。
- 「賞味期限」と「消費期限」を正しく理解し、賞味期限を過ぎたからといってすぐに廃棄しない。

### 調理は「3きり」で

#### ① 食材の「使いきり」

- 残っている食材から調理する
- 野菜はなるべく皮をむかずに調理を

#### ② 料理の「食べきり」

- 料理は食べきれぬ量で作る
- 食べ残したら保存したり、作り替えを  
例)肉じゃが→カレーを加えてカレーに

#### ③ 生ごみの「水きり」

- 生ごみの水分は臭いの原因となり、焼却の妨げにもなります。
- 三角コーナーの生ごみは水を切る
- 野菜くずを排水溝にためない

### 賞味期限

商品に記載された方法で保存した場合に、「品質が変わらず美味しく食べられる期限」のことです。

この期限を過ぎても、すぐ食べられなくなるわけではありません。色や臭いなどを確認して判断してください。

### 消費期限

商品に記載された方法で保存した場合に、「安全に食べられる期限」のことです。この期限を過ぎたら食べないようにしてください。



問い合わせ：環境局減量推進課

TEL 200-2580 FAX 200-3923

## 九都県市の3R普及促進に向けた取組

九都県市首脳会議廃棄物問題検討委員会（埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、横浜市、川崎市、千葉市、さいたま市、相模原市）では、循環型社会を構築するため、3Rを普及する事業をしています。

今年度は、企業と消費者が連携して、食品ロスの削減を促進する「もっと！食べきりげんまんプロジェクト」と、容器包装ごみの減量化を進める「容器包装ダイエット宣言プレゼントキャンペーン」を3R推進月間（10月）に実施します。

詳しくは、九都県市首脳会議廃棄物問題検討委員会のホームページをご覧ください。

九都県市首脳会議廃棄物問題検討委員会

検索



【昨年度のキャンペーンの様子】

問い合わせ：環境局廃棄物政策担当

TEL 200-2558 FAX 200-3923