



# かわさき3Rニュース

～ごみ減量 未来へつなげる エコ暮らし～



## 第34号

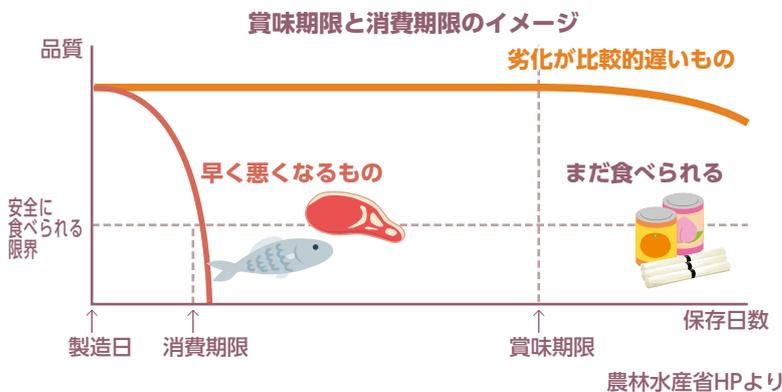
平成29年7月発行

## 食品ロス削減のため「3きり」に御協力ください

### 食品ロスって？

まだ食べられるのに捨てられている食品のことです。  
日本では年間621万トンと試算され、これは世界全体の食糧援助量の約2倍に相当します。私たちが普段食べているものは、農家や物流、卸問屋の方々など、様々な人が関わっており、捨ててしまうことはもったいないことです。

### 「賞味期限」と「消費期限」の違い



### 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、味などを確認して判断してください。缶詰や乾麺など、比較的保存が効くものが多いです。

### 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。肉や生魚など、生ものが多いです。

### 食品ロス発生の主な原因

#### ① 買いすぎ



#### ② 過剰除去



料理をしたときに食べられる部分なのに捨ててしまっているものをいうよ。

#### ③ 作りすぎ・食べ残し



#### ④ 期限切れ



## 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