

10月は食品ロス削減月間です

まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物、食品ロス。一見、基本的なことでも、積み重ねることによって食品ロス削減につながります。今日から始めてみませんか？



作ってみよう

食品ロス削減レシピ

- 賞味期限は「おいしく食べられる期限」、過ぎたらといってすぐに捨てない
※消費期限は「安全に食べられる期限」のため、守ってください
- 買い物に行く前に冷蔵庫の中身やストックを確認し、必要以上に買いすぎない
- 「安いから」といって買いすぎない
- 多く買ってしまった場合は、早めに冷凍保存して鮮度を保ち、使い切る
- まとめて購入するのではなく、小売りのものを必要な分だけ購入する
- 期限が近いものから食べる
- 外食の際は、小盛メニューやハーフサイズを活用し、食べきれぬ量を注文する

野菜の皮のむき過ぎなどによる「過剰除去」も、食品ロス。
人参の皮、ブロッコリーの茎、大根の葉・・・工夫すれば食べられる部分です。凝った料理にしくなくても、おいしく食べられます。



- にんじん、大根の皮をきんぴらに
- 少し余った野菜を集めてスープやカレーに

消費者庁では、料理レシピサービス「クックパッド」に公式ページを開設し、学校などから提供のあった「食材を無駄にしないレシピ」を掲載しています。



クックパッド「消費者庁のキッチン」▶

浦安市の食品ロス、実はこんなに・・・!!

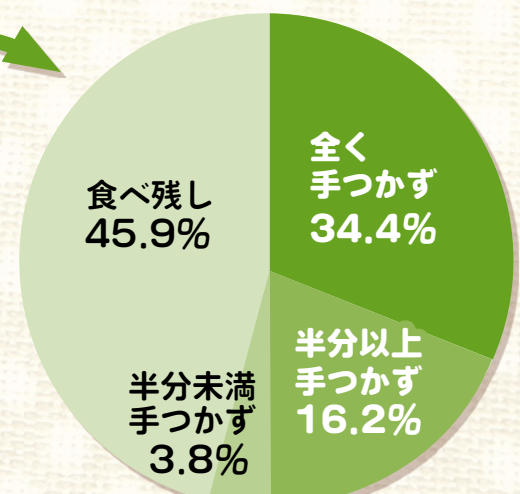
令和2年度に実施した調査では、浦安市の家庭から出る燃やせるごみの約10%が食品ロスという結果に。さらに、その中でも約34%は全く手を付けずに廃棄された食品でした。



燃やせるごみの内訳



食品ロスの内訳



食品ロスを減らすとどうなるんだ？

食品ロス削減でごみの量を減らすと、焼却による二酸化炭素排出量が減るだけでなく、処分料も少なくなることができるよ！

