

食品ロスをなくそう!



過剰除去

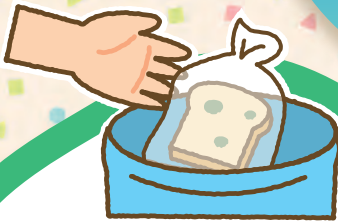
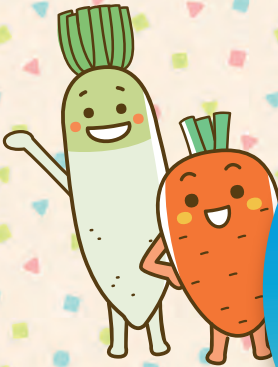
(食べられる部分も取り除く)

野菜や果物の皮を厚くむきすぎたり、食べられる部分まで取り除いてしまうことがあります。野菜の皮や茎などにも、栄養がたくさん含まれています。



Point

- 切りすぎない
- 皮付きのまま調理する



直接廃棄

(手つかずのまま捨てる)

賞味期限切れなどによって、食品を手つかずのまま捨ててしまうことがあります。買い物前のチェックで、買いすぎを防げるかもしれません。

Point

- 買いすぎない
- フードドライブを利用する



食べ残し

食べきれずに捨ててしまうことがあります。料理の際は「食べきれる量を作る」、外食など食事の際は「おいしく食べきる」ことが大切です。

Point

- 作りすぎない
- 持ち帰りできる料理を選ぶ



食品ロスとは？

まだ食べられるのに捨てられている食品のことです。
ただ“もったいない”ということだけではなく、食品を生産する過程で排出されるCO₂や、ごみとして収集・焼却する過程で排出されるCO₂によって、地球温暖化をいっそう進めることにもつながります。

