

2 意外と多い生ごみの水分含有率！

にんじんの含水率は約 90%。生ごみ全体の平均では、約 80%が水分と言われています。

特に、シンクの三角コーナーや排水溝の深い受け皿に溜められた生ごみは水分をたっぷり含んでいます。

水分を多く含んだごみは重くて燃えづらく、収集運搬や焼却に多くのエネルギーを消費しています。

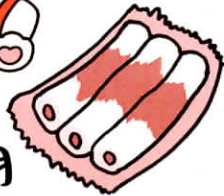


3 食べられるのに捨てられている「食品ロス」



食べられたはずなのにもったいない！

厚むき



食べ残しや過剰除去、直接廃棄される食品由来の廃棄物を「食品ロス」と呼びます。この割合は、食品由来の廃棄物全体のおおよそ4割に相当します。

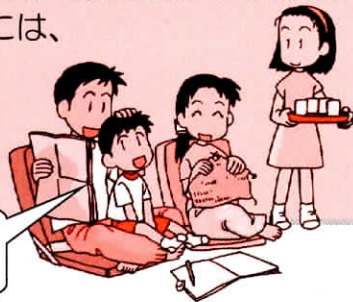
例えば家庭では、皮を厚く剥きすぎたり、脂っこい部分など調理せずに取り除いた部分（過剰除去）、作りすぎて食べ残された料理（食べ残し）、冷蔵庫等に入れたまま期限切れとなった食品（直接廃棄）などが挙げられます。

4 食材の消費は計画的に！

食品ロスの全体量はとても多く、全国で 500～800 万トンが廃棄されています。これは、主食である米の年間生産量の 850 万トンに迫る量です。

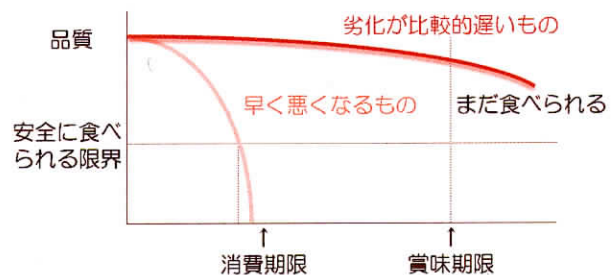
手つかずに廃棄された食品のうち、賞味期限前に捨てられるものが 1/4。賞味期限切れから 1 週間以内のものと合わせると約 4 割になります。食品ロスを減らすためには、消費期限と賞味期限の違いを正しく理解することも大切です。

消費期限と賞味期限って違うんだよね



- 消費期限…定められた方法により保存した場合において腐敗変敗その他の品質の劣化に伴い安全性を欠くこととなるおそれがないと認められる期限を示す年月。
- 賞味期限…定められた方法により保存した場合において、期待されるすべての品質の保持が十分に可能であると認められる期限を示す年月日をいう。ただし、当該期限を超えた場合であっても、これらの品質が保持されていることがあるもの。

消費期限と賞味期限のイメージ



「もったいない」と感じて行動することが発生抑制につながります！

生ごみの水分を絞ったり、捨てる前に乾かすことで、重さの 10～30%が削減されます。また、食品ロスが多く発生する原因として、消費者の過度な鮮度志向、安全志向も一つの要因としてあげられます。「もったいない」を意識した行動を起こしましょう！

1 ページのクイズの答え：第 1 問から第 4 問まで、すべて答えは①です。