

食品ロスを削減しましょう！

～ごみを減らすため、**食べきり**にご協力を～

日本の、『**食品ロス**』（食べられるのに捨てられている食品）は、1年で約464万トンもあります（令和5年度推計）。1人あたりが、**毎日おにぎり1個分**の食べ物を、食べずに捨てていることとなります……**もったいない**ですね？

みなさんも食品ロスを減らすため、**食べきり**に取り組みましょう！

今日からできる食べきり!!

合言葉は、「**もったいない**」

おうちで



事前に、冷蔵庫の中をチェックしてから買いものに行こう！

※メモ書きやスマホで画像を撮ると忘れません。

食材は無駄なく使おう！

※野菜や果物の皮は丁寧にむきましょう。



作る料理は食べ切れる分だけ

※残っている食材から使しましょう。

必要な食材をこまめに。

※必要以上に買った場合、冷蔵や冷凍庫も活用を。



レストラン・宴会で



ちょうどいい量の料理を注文しよう！

※小盛りやハーフサイズメニューを活用しましょう。

宴会の開始から30分、終了前10分は「食べきりタイム」！

※あまった料理は、みんなで分け合しましょう。



メニューの中の食べられない食材は、前もって除いてもらおう！

※食事が、よりおいしく楽しくなりますよ。

賞味期限と消費期限の違いは？

賞味期限… おいしく食べることでできる期限です。この期間を過ぎても、すぐに食べられなくなるということではありません。

消費期限… 期限内に食べた方がいい食材です。期限を過ぎたら食べない方がいいです。

賞味期限と消費期限は違います。まだ食べられるのに、捨てている食べ物もあります。

もったいないですよ！

