

かしこい 買い物で

ごみ

も

ムダ

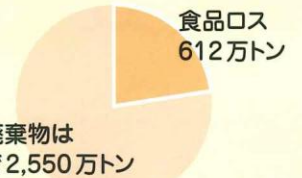
も

減

みなさんは 食品ロス について考えたことがありますか？
日本では、年間600万トン以上の食品ロスが発生しています。
家庭でも、食べ残しだけでなく、まだ食べられるのに捨てられる手付かず食品や、たくさん買いすぎて余らせてしまい、処分された食品など、色々な“ロス”が生まれています。

食品廃棄物中の食品ロスの割合は？

平成29年度統計（環境省HPより）



食品廃棄物は
全体で2,550万トン

食品ロス612万トンは、国民1人
当たり約132グラム（ご飯をお茶
碗1杯）毎日捨てている計算だよ。

かしこい買い物で「食品ロス」を減らしましょう！



かしこい買い物の基本



安いからと買いすぎると…

結局



食べきれず
くさらせてしまい食品ロスに…

必要なものを必要な分だけ買おう

ポイント① 食品の在庫管理を徹底する

- 👉 買い物の前に冷蔵庫の中をチェック
- 👉 食品の在庫や期限をメモした「在庫管理シート」を作る
- 👉 メモを持参で買い物へ



ポイント② 賞味期限と消費期限の違いを理解する

- 賞味期限** 期限が過ぎても、すぐに食べられなくなる訳ではない
- 消費期限** 期限を過ぎたら食べない方がよい食品に付けられている
- 👉 [消費期限]のあるものは、特に意識して期限内に使い切れる分だけを買うようにしよう



他にもこんな取り組みで「ごみ」や「ムダ」を減らせるよ



- リサイクル品を選んで資源の循環に協力する

- 使い捨てをやめる



- 長く使えるものを選ぶ

- 地産地消につとめて商品輸送にかかるエネルギーも減らす



かしこい買い物は
資源だけでなく
エネルギーも
ムダにしません！！



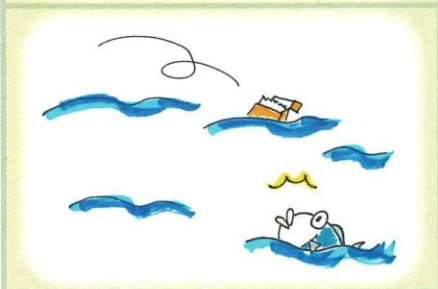
まずは一つ、自分でできることを見つけて
取り組んでみてね。一人一人の心がけが大切だよ！

だから
環境にやさしい

おかしを 食べたら 「ごみ」が出るよね!



その「ごみ」きみはどうやって捨てる?



**分ければ
資源**

きみたちが「ごみ」をどう捨てるかで、
こんなにちがいが出るんだよ!

分ければ資源 を合言葉に、

きちんと分けて
捨てることを心がけてね!



ポイ捨ては
ぜったいダメ～

紙も
いろんなものに
生まれかわるよ!

