

きゅうしょくたより

令和4年10月
流山市立八木北小学校

10月は「食品ロス削減月間」です！



日本では、本来食べられるのに捨てられてしまう食品＝食品ロスが、年間522万トン（令和2年度推計）発生しています。これは国民一人当たりで換算すると毎日お茶碗約1杯分を捨てている計算になります。

食品ロスが増えると、ごみの処理に多額の費用がかかったり、可燃ごみとして燃やすことでCO₂の排出量が増えたり、さまざまな悪影響があります。大切な食べ物を無駄にしないために、一人ひとりが食品ロスの問題に向き合う必要があります。



似ているけれど
全然違う

消費期限

賞味期限

消費期限

品質の劣化が早い食品に表示される「安全に食べられる期限」。期限をすぎた場合は、食べない方がよいでしょう。



賞味期限

品質の劣化が比較的遅い食品に表示される「おいしく食べられる期限」。期限をすぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。



※消費期限や賞味期限は未開封の状態です。一度開封したら早めに食べましょう。

家庭での食品ロスを減らすために…

お買物編

1 買物前に、食材をチェック

買物前に、冷蔵庫や食品庫にある食材を確認する



▶ メモ書きや携帯・スマホで撮影し、買物時の参考にする。

2 必要な分だけ買う

使う分・食べられる量だけ買う

▶ まとめ買いを避け、必要な分だけ買って、食べきる



3 期限表示を知って、賢く買う

利用予定と照らして、期限表示を確認する

▶ すぐ使う食品は、棚の手前から取る



ご家庭編

1 適切に保存する

▶ 食品に記載された保存方法に従って保存する

▶ 野菜は、冷凍・乾燥などで下処理し、ストックする



2 食材を上手に使いきる

▶ 残っている食材から使う

▶ 作り過ぎて残った料理は、リメイクレシピなどで工夫する



クックパッド消費者庁のキッチンリメイクや食材を使いきるレシピを参考にしてみましょう。詳しくはQRコードへ



3 食べきれぬ量を作る

▶ 体調や健康、家族の予定も配慮する



令和4年度「めざせ！食品ロス、ゼロ」川柳コンテストの募集について

消費者庁では、食品ロス削減のための広報・啓発活動の一環として、「めざせ！食品ロス・ゼロ」川柳コンテストを実施します。応募締め切りは令和4年10月31日です。応募については、消費者庁HPより、各自ご応募して下さい。



