

みんなので減らそう!! 食品ロス

問廃棄物対策課

TEL 71・2490

FAX 72・3176

ああ、もったいない!!

食品ロスとは、「まだ食べられるのに捨てられてしまっている食品」のことです。

環境省および農林水産省の平成29年度推計値によると、日本では年間約612万トンの「食品ロス」が発生したとされています。これを国民一人あたりの量に換算すると、1年間で約48粒、1日では132粒にもなり、茶碗1杯分の食べ物が毎日捨てられていることとなります。捨てられた食品はごみとなり、処理には費用が掛かります。



もったいないと思いませんか。

食品ロスが及ぼす影響

世界では、飢餓による問題が深刻になっており、貧困や紛争などさまざまな要因で食料が得られず、栄養不良などを起こしている人がたくさんいます。その一方、食品ロスが発生している国や地域もあります。日本でも、平成30年に食料自給率が過去最低の37%となり、食料の多くを海外からの輸入に頼っている状況であるにもかかわらず、毎年多くの食品ロスが発生してしまっています。

それでは、食品ロスが及ぼす影響について、身近なところから考えてみましょう。

まずは家計への負担です。一般的に、食費は家計における支出の約25%を占めると言われており、4人家族では、年間約6万円相当の食品を捨てていると推計されています。

次に環境への負荷です。私たちが排出するもえるごみの多くは生

ごみで、そのほとんどは食べ残しを含む食品ごみです。ごみの焼却により発生する二酸化炭素は温暖化の原因となり、焼却灰は埋め立て処理が必要となります。市では現在、県内の民間処分場で埋め立てている焼却灰をどのように処分していくかが大きな課題となっています。国内にある最終処分場の受け入れ容量は年々少なくなっている状況からも、食べ残しによるごみの削減は環境への負荷軽減にもつながります。

感謝していただきますよう

「いただきます」、「ごちそうさま」。皆さんは、誰に対して、何に向けてそう言っていますか。

食卓に並ぶ食材は、動植物の命や生産者が手間暇かけて作ったものを「いただいて」います。かつては、作物を育てて収穫する、家畜を飼って自ら絞めて食するといった生き物の生と死が生活の中にあり、教えるまでもない体験が日



常にありました。

食べることは、命をいただくこと。毎日当たり前のように私たちが食卓に並ぶ料理は、大切な命とたくさんの方の努力や想いが詰まっていることを自覚し、感謝の気持ちを含めて、残さずおいしくいただきます。



食品ロスを減らすために今すぐできること

食品ロスは一人ひとりが理解を深め、工夫することで減らすことができます。まずは日常生活を見直し、できることから実践してみましょう。

期限表示を正しく理解する

▽上の表を参考に、賞味期限、消費期限の違いを理解し、食べ物を無駄にしない。

▽一度開封した食品は、期限に関係なく早めに食べる。

買い物での工夫

▽買い物前に冷蔵庫等の家にある食材をチェックし、使い切れる分だけ買うようにする。

▽すぐに使うものであれば、手前に陳列されているもの(消費期限や賞味期限が近いもの)から買うようにする。

調理する際の工夫

▽食べきれない分だけ作る。

▽食べきれなかったときは、他の料理に作り替える等、食べきる工夫をする。

▽残っている食材を優先的に使う。

割引

知っていますか? 賞味期限と消費期限の違い

	賞味期限	消費期限
意味	おいしく食べることができる期限	期限を過ぎたら食べない方がよい年月日
表示	製造日から3カ月を超えると年月で表示 3カ月以内は年月日で表示	年月日で表示
対象	卵、牛乳、ハム、ソーセージ、缶詰、冷凍食品、レトルト食品、カップめん、お菓子など	お弁当、おにぎり、サンドイッチ、調理パン、惣菜、生めん、ケーキなど

▽皮は薄くむく、食材によっては茎や皮も調理するなど、食材を無駄なく調理する。

外食するときは

▽食べきれない量の注文を心掛ける。

▽食べ残してしまった場合は、持ち帰ることができるかどうかをお店に確認してみる。

▽お店を予約するときに、食べ物の好き嫌いや年齢層を伝えてみる。

▽宴会の席では30・10運動さんまるいちまるに取り組み、食べ残さないようにする。



30・10運動さんまるいちまるとは、「乾杯後の30分間、お開き前の10分間は、自分の席でお料理を楽しみ、食べ残しを減らしましょう」という運動です。新型コロナウイルスの感染リスクを下げながら(20ページ参照)、食べ残しのない会食を楽しみましょう。

食品ロス削減推進法が施行

食品ロス削減を進めるため、「食品ロスの削減の推進に関する法律」が10月1日に施行されました。

この法律は、食品ロス削減の総合的かつ効果的な推進を図るために、国や地方公共団体、事業者の責務や消費者の役割について定められ、相互に連携し協力するよう努めなければならないとされています。

長野県においても、「食べ残しを減らそう県民運動」e-プロジェクト「e-プロジェクト」を実施しています。

この運動は、飲食店、宿泊事業者、飲食料点小売事業者の皆さんが「e-プロジェクト協力店」として登録し、それぞれが自らできることを行い、さらなる食品ロス削減を目指すものです。

また、ばら売りや量り売りを行うスーパーや、小盛りやハーフサイズメニューなど量の調整ができる飲食店も増えてきています。

市としても今後、食品ロス削減推進計画の策定などを進め、さらに食品ロス削減に取り組みます。皆さんもできることから実行していきましょう。