

みと発!知るほどナルホド!ごみ情報紙

ご自由にお取りください!



編集:水戸市ごみ減量課

電話:029-232-9114

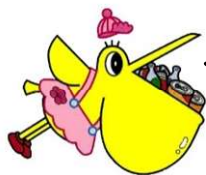
食品ロスを減らそう! 家庭でできる取組3選

本来食べられるにもかかわらず、廃棄されてしまう食品、いわゆる「食品ロス」をご存じですか?

食品ロスは、飲食店や家庭などで発生しています。令和2年度の食品ロス発生量は522万トン(環境省推計)であり、毎日1人あたり茶碗1杯分(約113g)の食品を廃棄している計算になります。そこで、食品ロスの削減に向けて、皆さんが家庭でできる取組を3つ紹介します。

1

家庭での30・10(さんまる・いちまる)運動を実践する



リサイクル

家庭での30・10運動とは、毎月30日と10日に冷蔵庫を空にする運動のことヨ!

買い物をするときのコツ!

- ①買い物の前に、冷蔵庫にある食品を確認し、必要な分だけ買う。
- ②すぐ使う食品は、陳列棚の手前から取る「てまえどり」を実践する!

2

家庭で作った料理を食べきる

料理や食材が余ってしまったときは…

余った料理をアレンジして、新たな料理に変える「リメイクレシピ」や、食材を丸ごと使いきる「使いきりレシピ」に挑戦してみましよう!

おうちで作る料理は、食べきれる量を作り、残さず食べようネ!



リサイクル

こちらでレシピを紹介しています!
クックパッド「消費者庁のキッチン」





食べきれない食品があるときは 「きずなBOX」に寄付する

「きずなBOX」とは!

支援を必要としている人や施設等に提供するため、未利用食品を誰でも寄付することができる常設型の食品受け取り箱です。

寄付された食品は、NPO法人フードバンク茨城を通じて、それらの食品を必要としている施設、団体及び社会福祉協議会等に届けられます。令和3年度に水戸市のきずなBOXに寄付された食品の量は3,540.4kgでした!

水戸市内には、市民センターや出張所等の52か所に設置されており、今後も増設する予定です。

水戸市内「きずなBOX」設置施設一覧



OK

寄付できるもの

常温保存が可能であり、未開封で賞味期限が2ヶ月以上残っている食品。

例：缶詰、米、レトルト食品、インスタント麺、乾麺（うどん、そば、パスタ等）など

NG

寄付できないもの

- ① 冷蔵または冷凍が必要な食品
- ② 野菜や果物のような生鮮食品
- ③ 割れやすい容器に入っている食品
- ④ ペットフード
- ⑤ お酒類



おしえて! リサイクル!!

Q 購入した食品の期限表示を見てみると「賞味期限」と記載されているものと「消費期限」と記載されているものがありますが、どのような違いがありますか?

A 食品の期限表示は「賞味期限」と「消費期限」の2種類があり、いずれも開封していない状態で、表示されている方法で保存した場合の期限です。

「賞味期限」：おいしく食べられる期限

「消費期限」：安全に食べられる期限

賞味期限を過ぎても、すぐに食べられなくなるわけではありません。

期限表示を正しく理解して、食品ロスを減らしましょう!

編集後記

「ごみマガ!」第27号をお読みいただきありがとうございます。今回は世界的に課題となっている食品ロスについて紹介しました。食品ロスを削減するための取組は、皆さんの身近にたくさんあるので、積極的に挑戦してみましょう! (さる彦)

