

# 減らそう！ 「食品ロス」



～できることから始めよう～

今回の特集では、国内だけでなく世界中で大きな課題となっている食品ロスの現状と合わせ、その削減に向けて家庭でできる工夫や取り組みなどを紹介します。

## 食品ロスとは・・・？

まだ食べられるのに廃棄されてしまう食品を「食品ロス」といいます。

日本では、1年間に約2,531万トンの食品が廃棄されており、そのうち約600万トンの「食品ロス」が発生しています。（農林水産省・環境省「平成30年度推計」）

### 具体的には・・・？

- ▽食べ残し
- ▽安売りなどで大量に買ったものの食べきれなかった食品
- ▽野菜の皮を厚くむき過ぎたもの（過剰除去）など



## 相馬市ではどれくらいの食品ロスが出ているの？

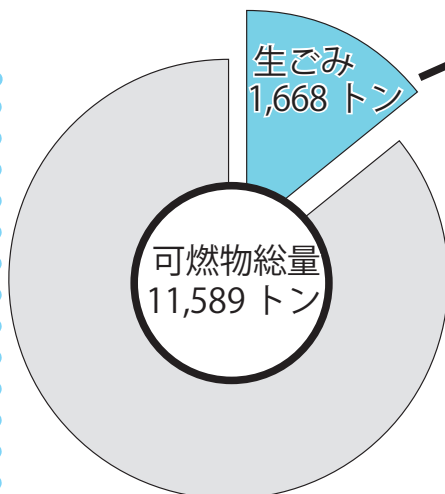
相馬市の年間の食品ロスは約600トン。

これは市民一人当たり年間約18キロになる量です。

### 18キロとは・・・

ご飯茶わんに換算すると、約180杯分。

一人当たり「1日お茶わんの半分」の食品を破棄していることになり  
ます。



生ごみの約36パーセントが食品ロス



食品ロス  
約600トン

# 食品ロスを減らすために、 できることから始めましょう

さまざまな理由で廃棄される食品。削減に向けては、まず家庭での取り組みが第一歩となります。食品を「買うとき」「使うとき」「捨てるとき」に「もったいない」の気持ちを忘れず、食品ロスを減らしましょう。

## 家庭で **3キリ運動** を実践しましょう

### 使い切り 食材を必要な分だけ購入し、無駄なく使い切りましょう

- ▽出かける前に冷蔵庫の中を確認し、計画的に買い物をしましょう。
- ▽ばら売りなどを活用し、余分なものは買い過ぎないようにしましょう。
- ▽冷凍保存などを行い、食材を使い切りましょう。
- ▽賞味期限と消費期限の違いを正しく理解しましょう。



**賞味期限**＝食品をおいしく食べることができる期限  
期限を過ぎても食べられないわけではありません。

**消費期限**＝安全に食べられる期限  
期限を過ぎたら食べないようにしてください。

※どちらも袋や容器を開けないまま、書かれた保存方法を守った場合に限りま  
す。開封後は早めに食べましょう。

### 食べ切り 料理は残さず、おいしく食べ切りましょう

- ▽料理は食べ切れる分だけ作りましょう。
- ▽残ったものはアレンジして食べましょう。



### 水切り 生ごみを捨てる時は、水気をしっかり切りましょう

魚や野菜・果物の皮などの生ごみには多くの水分が含まれており、その水分を減らすことがごみの減量化に繋がります。生ごみは風通しの良い場所で乾かしてから捨てましょう。

それでも出てしまう  
食品ロスは

## 生ごみを資源に（生ごみ処理機等奨励金）

市は、一般家庭から排出される生ごみの減量と資源化を図るため、生ごみ処理機や生ごみ処理容器の購入者に奨励金を交付しています。

- 奨励金 購入価格（税込み）の2分の1
  - 限度額 ▽生ごみ処理機＝30,000円  
▽生ごみ処理容器（コンポスト）＝3,000円
  - 要件 堆肥化した生ごみを自家処理できる方
- ◎詳細は、問い合わせください。



【問い合わせ先】生活環境課（☎ 37-2143）