

# しとく 知っ得！かしこい消費者

【編集・発行】台東区 区民部くらしの相談課消費者担当

〒110-8615 台東区東上野4-5-6 TEL03-5246-1144

## もったいない！食品ロスをなくそう！

食べられるのにゴミになっている食品があることを知っていますか？

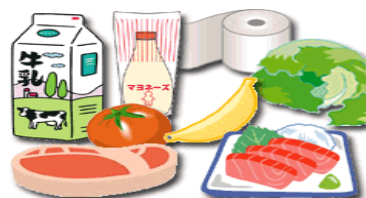
食品ロスって  
なあに？

食品ロスとは、「食べられるのに捨てられる食べ物」のことです。日本では、年間500万トン～800万トンの食品ロスが出ています。このうち、約半分はわたしたちの家庭からのものです。赤ちゃんからお年寄りまで日本に住んでいる人の1人あたりの食品ロスは、1年間で15キロとされています。それは、おにぎりだと毎日1～2個も捨てていることになります。

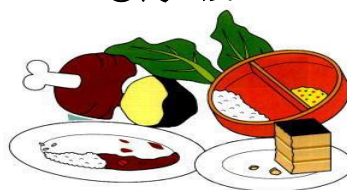


どうして食品ロス  
が発生するの？

① 買いすぎ



② 食べ残し



③ 皮のむきすぎ



④ 期限切れ ※

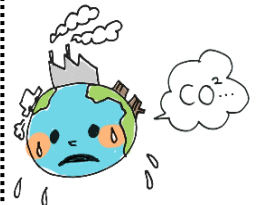


※期限には、期限がすぎたら食べない方がよい「消費期限」と、おいしく食べることができる「賞味期限」があります。「賞味期限」は期限がすぎたからといって、すぐに食べられないということではありません。おうちの人に相談してみましよう。

家にある食品の消費期限と賞味期限を調べてみよう！！

食品ロスが減れば  
どんな「いいこと」  
があるの？

例えば食品を運んだり、捨てる食品をゴミにして燃やすための燃料を減らすことができます。また、世界には食料の足りない国があります。それらの国々に食品ロスとなった分をまわすこともできます。



もったいない

フードバンク

CO2削減

地産地消



ちきゅうかんきょう

地球環境について「いいこと」を、おうちの人と話し合ってみよう！

食品ロスを出さない  
ためにはどうしたら  
いいの？

★わたしたちにできること

- ・買い物をする前に、家に何があるか確認して、買いすぎないようにしましょう。
- ・ごはんは残さず食べましょう。
- ・外食する時は、注文しすぎないように気をつけましょう。
- ・お店によっては、小さいサイズや半分のサイズもあります。

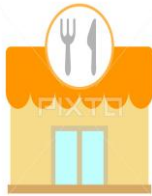


photo.jp - 8963273

photo.jp - 26655096

1人1人が「もったいない」という気持ちを大切にして、  
食品ロスを減らすよう心がけましょう！！