

## 減らそう！ 食品ロス

国内の食品ロス量は年間476万トンもあります。これを国民1人当りに換算すると、年間でおにぎりおよそ365個分の食品を捨てていることになります。捨てるごみの量が多いと、それを焼却する際に発生する温室効果ガスの量も増え、地球温暖化の原因となります。

10月は食品ロス削減月間です。この機会に、一人一人が毎日おにぎり1個分の食品ロスを減らせるよう、いつもの暮らしに少しの気配りをプラスして、環境に優しい生活を始めてみませんか。

### 「もったいない」を減らす4つのポイント

#### 1 買い物は「てまえどり」で 廃棄される食品を減らす

すぐに食べるものは賞味期限が近くても問題ありません。必要な分だけを手前から取って買うことで、売れ残って廃棄される食品を減らすことができます。



#### 2 食べきり・使いきり・水きり 「3きり」で無駄をなくす

普段は捨ててしまいがちな食材の切れ端や余った料理も、「食べきり」「使いきり」を意識して少しの工夫を加えるだけで、新たなおいしい料理に生まれ変わります。

発生した生ごみは「水きり」を行うことで軽くなり、臭いも軽減されます。



野菜の皮や  
切れ端を  
スープに

使いきり  
レシピを紹介！



消費者庁  
ホームページ

#### 3 「3010(さんまるいちまる)運動」で 食べ残しを減らす

宴会での食べ残しも大きな課題です。食べ切れるだけ注文し、開始後30分間と終了前10分間にみんなで食事を楽しむ時間を設けて、食べ残しを減らしましょう。



#### 4 家庭で余った食品は 「フードドライブ」へ寄付

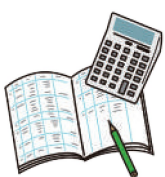
リサイクルプラザリボン館に、家庭で余った食品を寄付することができます。寄付された食品は、こども食堂などで活用されます。

◎寄付の条件など、詳しくはお問い合わせください



市ホームページ

### あなたが捨てている食品の量を見てみよう



家計簿のように、捨てた食品の種類や量を「食品ロスチェックシート」に記録することで、あなたの「もったいない」行動が目に見えて把握できます。つい買いすぎてしまうといった悩みも解決できるかもしれません。



食品ロス  
チェックシート

できることから  
始めよう！



柏市ごみ減量  
マスコットキャラクター  
クリンちゃん

【問い合わせ】

廃棄物政策課 ☎ 7167-1140 ・ FAX 7163-3728