

E-do(江戸)logyで 食品ロス削減!!

食品ロスを削減するには、一人ひとりが「もったいない」を意識して行動することが大切です。できることから始めてみませんか？

【問合せ】環境政策課環境政策担当 ☎5608-6209

本紙の掲載内容以外にも、心掛け一つで食品ロスの削減につながるがたくさんあります。詳細は消費者庁HPをご覧ください。



食品ロスを減らす3つのコツ

買い過ぎない

家にある食品と照らし合わせて、使う分、食べ切れる量のみ買う



作り過ぎない

家族の予定や体調などを考えて、作り過ぎないようにする



食べ残さない

作った料理は、早めに、おいしく食べ切る



自宅(買物)編

国内の食品ロス量年間約523万tのうち、半分は家庭から発生しています。日本人1人あたりに換算すると、年間約42kg、1日約114g(茶わん約1杯分)の食べ物を捨てている計算になります。食品ロス削減には、各家庭での取組が重要です。

買物前に冷蔵庫の中身をチェック

買い置きした食品が冷蔵庫や食品棚に眠っていないか、期限表示と併せて確認しましょう。さらに、必要な食材をリストアップすれば、誤って同じ食品を購入してしまう無駄がなくなります。冷蔵庫等の中身をスマートフォンで撮影し、買物のときに確認するだけでも効果的です。

必要な分だけ買う

いつ食べるか考えながら、必要な分の食品を購入しましょう。食べる予定がない「まとめ売り商品」や特売品などの衝動買いは控えて、計画的に買物をしましょう。

食品の「期限表示」を理解しよう

食品の期限表示には「消費期限」と「賞味期限」があります。これらの意味を正しく知れば、食品を無駄なく食べ切れるだけでなく、食費の無駄遣いも防げます。

PICK UP

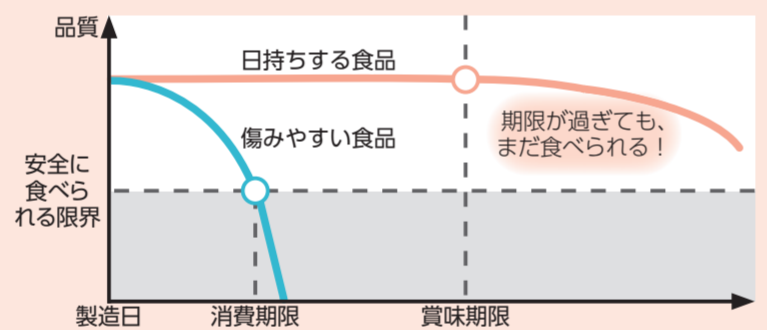
「消費期限」と「賞味期限」の違い

消費期限は「安全に食べられる期限」

品質の劣化が早い食品に表示されています。余らせて捨てることのないよう、期限内に食べ切るようにしましょう。お弁当、おにぎり、ケーキなどの傷みやすい食品に表示されています。

賞味期限は「おいしく食べられる期限」

品質の劣化が遅い食品に表示されており、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。スナック菓子、レトルト食品などの傷みにくく日持ちする食品に表示されています。



外食編

外食のときにも、おいしく「食べ切る」ことが大切です。店員とコミュニケーションを取るなど、ちょっとした工夫や意識で、無理なく食品ロスを減らせます。

食品ロス削減に積極的に取り組む店を選ぶ

- ▶料理の量を選ぶ
- ▶ステッカー・ポスター等で食品ロス削減を宣言している

PICK UP 1

地球にやさしい飲食店、増加中!

食べきり推奨店

ごはんや料理等の量、その他食材の調整に対応するなど、食品ロスの削減に取り組む店舗等を「墨田区食べきり推奨店」として登録し、区HPで紹介しています。また、食べきり推奨店の登録事業者を募集しています。詳細は区HPをご覧ください。

このステッカーが目印



食べられる量を注文する

- ▶食べられる量を相談・注文する
- ▶小盛りやハーフサイズを選ぶ
- ▶ビュッフェなどは、食べられる量を皿に盛る

PICK UP 1

おいしく食べ切る

- ▶料理を味わい、おいしく食べ切る
- ▶家族やグループで食事の際は、シェアすることも一案

PICK UP 2

アイコトバは「30・10」

3010運動

宴会やパーティーの際に、お酒や会話に夢中で料理を残した経験はありませんか?この運動は、会食時の食べ残しを減らすための取組で、乾杯後の30分間、お開き前の10分間は自席で料理を楽しむことを推奨する運動です。



量が予想外に多かったときは...

- ▶お店と相談して持ち帰ることも検討する
- ▶持ち帰る際は食中毒に気を付けて自己責任で

番外編「フードドライブ」

自宅に眠る「もったいない」食品を 必要な方へ寄付できる

フードドライブとは、家庭の未利用食品を持ち寄り、それらをまとめて地域の福祉団体やフードバンク等へ寄付する活動のことです。現在、右記の常設窓口での回収とともに、年24回実施するイベント回収を実施しています。

●回収できるもの

- ▶米 ▶インスタント・レトルト食品 ▶コーヒー等の嗜好品 ▶醤油・味噌などの調味料 ▶肉・魚・果物などの缶詰 ▶パスタなどの乾物類 など

●回収できる食品は、賞味期限まで2か月以上あり、未開封で常温保存できるものです。

●回収できないもの

- ▶賞味期限まで2か月未満である
- ▶包装や外装が破損している
- ▶開封済である ▶常温保存できない ▶生鮮食品 ▶アルコール類 ▶医療用経口栄養剤やサプリメント



イベント回収の詳細は区HPを見てにゃ!



ごみ減量・3R推進キャラクター「すみにゃーる」

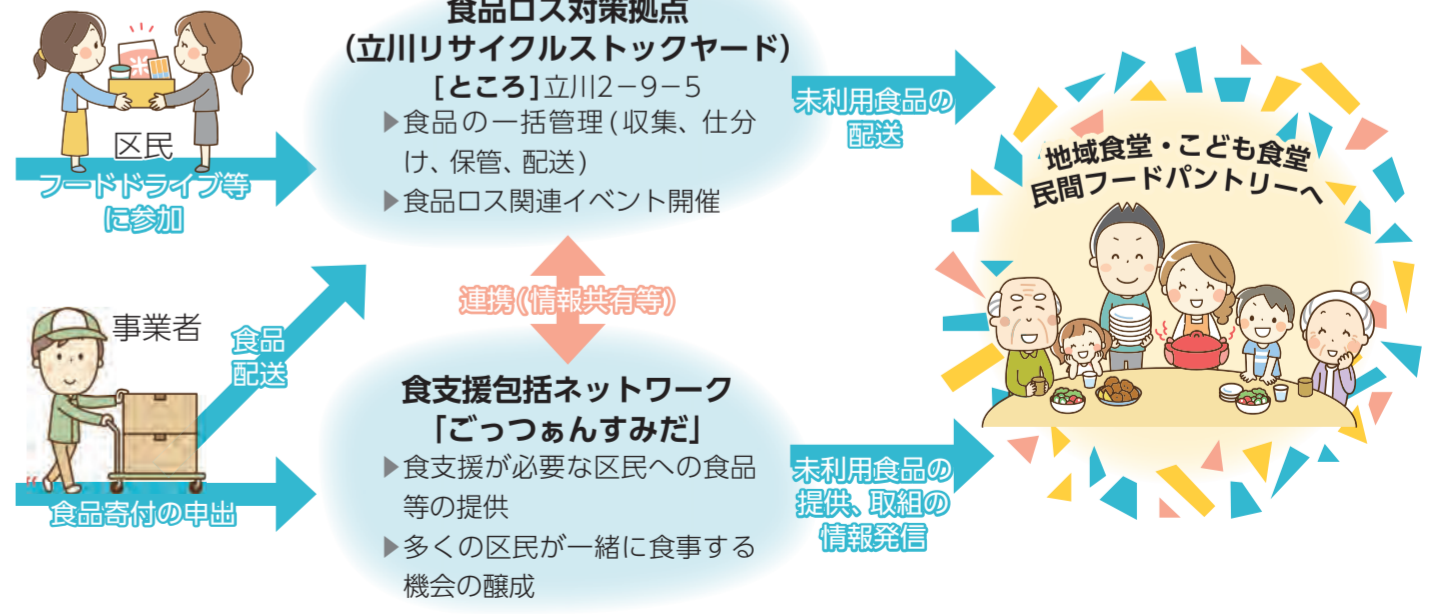
新しい取組が始まっています

■食品ロス対策拠点の開設

フードドライブ等で回収した未利用食品の一括管理(収集、仕分け、保管、配送)等を担い、各食支援団体(フードパントリー、地域食堂、子ども食堂)が抱える課題を解消します。今後は、ワクワクしながら楽しく食品ロス削減に向けた取組ができる拠点となるよう検討していきます。

■食支援包括ネットワーク「ごっつあんすみだ」との連携

食支援包括ネットワーク「ごっつあんすみだ」と連携し、区民の皆さんや区内企業から同ネットワークに寄付された未利用食品を、一時的に「立川リサイクルストックヤード」で保管し、定期的に各食支援団体へ運搬する仕組みを始めています。



■常設窓口の一覧(区が連携している拠点)

番号	施設名	住所
1	ファミリーマート両国駅西口店	両国2-21-5
2	ファミリーマート両国四丁目店	両国4-27-6新井ビル
3	ファミリーマート墨田両国東口店	両国4-37-10レジデンス両国駅前
4	緑図書館	緑2-24-5
5	ファミリーマート本所立川三丁目店	立川3-10-8
6	ファミリーマート菊川一丁目店	菊川1-9-14
7	ファミリーマート墨田菊川駅前店	菊川2-5-10
8	ファミリーマート江東橋一丁目店	江東橋1-13-5
9	ファミリーマート錦糸町ウインズ前店	江東橋2-11-5河ロビル
10	ファミリーマート江東橋二丁目店	江東橋2-3-4ドルミ錦糸町
11	ファミリーマート江東橋三丁目店	江東橋3-8-14
12	ファミリーマート江東橋四丁目店	江東橋4-5-10DUORESTAビル
13	ファミリーマート亀沢一丁目店	亀沢1-1-10
14	ファミリーマート墨田亀沢二丁目店	亀沢2-25-6
15	ファミリーマート墨田亀沢四丁目店	亀沢4-16-16錦糸町Yビル
16	ファミリーマートアルカセントラルビル店	錦糸1-2-1
17	ファミリーマート墨田太平三丁目店	太平3-10-12
18	ファミリーマート南山堂錦糸公園前店	太平3-4-8KOIKEBLD
19	すみだ清掃事務所	業平5-6-2
20	ファミリーマート曳舟病院前店	東向島2-30-11
21	すみだ清掃事務所(分室)	東向島5-9-11
22	ファミリーマート坪田リバーサイド店	堤通1-19-11
23	ファミリーマート坪田しらひげ店	墨田2-2-3
24	ファミリーマート鐘ヶ淵駅前東店	墨田4-9-1
25	ファミリーマート鐘ヶ淵駅前店	墨田5-43-11
26	ファミリーマート押上十間橋通り店	押上3-42-12
27	ひきふね図書館	京島1-36-5
28	ファミリーマート京島一丁目店	京島1-47-17グランロイヤル曳舟
29	八広図書館	八広5-10-1-104
30	ファミリーマート墨田立花二丁目店	立花2-11-17
31	立花図書館	立花6-8-1-101