

# 今日から実践! ~身近な事から始めよう~

## 買物

### ① 事前に冷蔵庫内などをチェック!

メモ書きや スマホ等で食材を撮影して、期限表示とあわせて確認する方法が有効。

### ② 必要な分だけ買いましょう!

家にある食材を確認し、必要な分だけ買いましょう。

### ③ すぐに食べるなら、商品棚の手前から取りましょう。

商品棚の手前から奥にかけ、期限が長いものが置かれることが多く、奥から商品を取ると手前の商品が売れ残り、期限も近づき廃棄されてしまう場合があります。スーパーやコンビニ などでは、商品棚手前 に置かれた商品には値引きシールが貼られていることがあります。



## 調理

### ① 食べきれる量を作りましょう!

体調を把握、健康にも配慮。また、家族の予定なども考慮しよう!

### ② 残っている食材から使いましょう!

### ③ 調理を工夫してみよう! (ちょっとした工夫も楽しもう)

野菜の皮を薄く切ったり、食材によっては、茎や根元など食べられる物もあります。



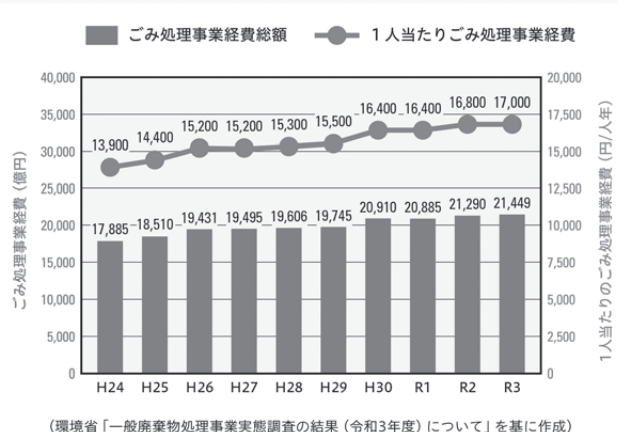
「食品ロス」を減らすことは……地球にもやさしいね

「食品ロス」削減は、地球温暖化の原因である二酸化炭素 (CO<sub>2</sub>) を減らすことに繋がります。食品は多くの水分を含んでおり、焼却時に多くのエネルギーを使用し、二酸化炭素 (CO<sub>2</sub>) が発生します。また、重量のある生ごみを減らすことでごみの運搬に使う燃料も減ります。

家庭からの食品ロスは、一般廃棄物の一部として処理され、焼却処分するための費用は、税金で賄われています。食品ロスを含む一般廃棄物の処理費用に年間約2.1兆円<sup>(※)</sup>が使われています。

(※令和3年度)

### ■ごみ処理事業経費



お問い合わせ先

古河法人会

電話番号 : 0280-48-6123

URL : <https://www.shakoga.com/>

~法人会 女性部会は「食品ロス」の削減に取り組んでいます~

全法連「食品ロス」  
サイトはこちら

