



# 板橋区で実施している 食品ロス対策講座について

## 食品ロス削減に向けた身近な取り組みを知る

板橋区では家庭等で身近に取り組める食品ロス対策をテーマとして、食品ロス対策講座を、外部講師を招き毎年開催しています。

### 過去の開催内容

- 「もう捨てない!? 野菜くず活用方法のいろいろ」
- 「冷蔵庫の食材を使い切る!  
～災害時にも役立つローリングストック法～」
- 「余りがちな野菜と食材と調味料のまるごと活用法」



食品ロスを  
なくそう

板橋区

## 参加者の声

講座の参加者からは、「食品ロスの現状を学ぶ機会になった」「日常生活の中でできることから実践していきたい」といったお声をいただき、食品ロスの現状や身近に取り組める食品ロス対策を学ぶ機会となっています。



今後も講座等を通じて、食品ロス削減に向けた啓発を進めていきます。



令和2年度 農林水産省推計

### ❑ 余らせない

消費期限が迫ったものから使うようにし、食品の利用予定を考えましょう。野菜や果物の皮は薄くむぎ、食べられる部分は、できるだけ食べましょう。

### ❑ 買いすぎない

必要な食品を必要な分だけ購入しましょう。冷蔵庫にあるものをチェックしてから買い物へ。お店では、できるだけ、手前に陳列されているものから購入しましょう。

### ❑ 作りすぎない

食べられる量を調理しましょう。もし、食べきれなかった場合は、ほかの料理に作り変えるなど、献立や調理方法も工夫してみましょう。

### ❑ 食べ残さない

好き嫌いをせず食べましょう。外食時は、小盛りにもたせらるなど、食べ残さないように注文しましょう。

板橋区ホームページ 食品ロスの削減に向けて ▼



ゼロカーボン  
イニシアチブ2050



板橋区は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。

