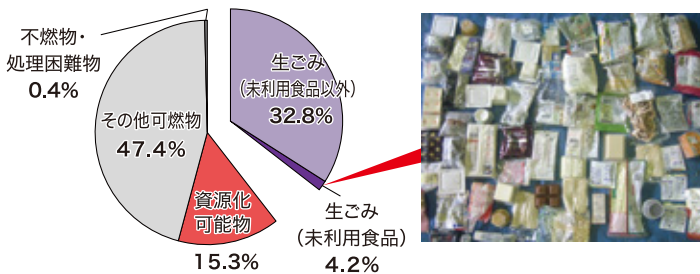




# 「食品ロス」はもったいない！ 食べられるのに捨てていませんか？

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられている食べ物のことです。区の令和3年度排出実態調査結果によると、家庭から出る可燃ごみのうち37%が食品などの生ごみです。そのうち、4.2%は利用されずに捨てられてしまった食品（未利用食品）です。区の1年間の可燃ごみ量に換算すると、およそ5,100トンになります。ごみの減量のためには、**リデュース（ごみの発生を抑えること）**が一番大事です。生活にあった工夫でごみの減量に取り組んでみましょう！

可燃ごみの組成



区では1年間でおおよそ  
**5,100トン**の食品が  
利用されずに  
捨てられています

※グラフについて、端数処理の関係から内訳の合計は100%にならない場合があります。

## もったいないを行動に！ ～食品ロスを減らす4つの工夫～

工夫  
**1**

### 買いすぎに注意しよう！



買い物の前に冷蔵庫の中身をチェックしたり、ばら売りなどを活用し、必要なものを必要な量だけ買うようにしましょう。

工夫  
**2**

### 料理をするとき、捨てる部分をできるだけ少なくしよう！



ブロッコリーのこの部分  
捨てていませんか？

細かく切ってきんぴらにしたり、野菜炒め、パスタなどいろいろな料理にまだまだ使えます。

工夫  
**3**

### 残さず食べよう！



作り過ぎや、外食時の注文のし過ぎなどは避け、食卓に出たものは食べきるように心掛けましょう。

工夫  
**4**

### 賞味期限と消費期限の違いを知ろう！

賞味期限

2022. 10. 1

おいしく食べられる期限です。期限を少しすぎても品質は大きく変わりません

消費期限

2022. 10. 1

安全に食べられる期限です。期限内に食べきるようにしましょう。

