



食品ロスの削減に ご協力ください

「食品ロス」とは、売れ残りや食べ残しにより、まだ食べることができるにもかかわらず、捨てられてしまう食品のことです。

日本では、1年間で約522万トンの食品ロスが発生しており、これは1人あたり毎日お茶碗1杯分(約113g)の食品を捨てていることになります。

令和元年度に実施した「中央区ごみ排出実態調査」によると、家庭から排出される「燃やすごみ」のうち、約5%が未利用食品とされており、削減への取り組みが求められています。

食品ロスを削減するためには、一人一人の日常生活における、ちょっとした工夫や意識の向上が大切です。

皆さんも、ぜひ食品ロスの削減にご協力ください。

食品ロス削減のために ～わたしたちにできること～

買い物のとき



- ・ 事前に家にある食品をチェックする。
- ・ 商品棚の手前のものから取る。
- ・ 使い切れる分だけ購入する。



調理のとき



- ・ 残っている食材から使うようにする。
- ・ 食材を無駄にしない、使い切るレシピを参考にする。
- ・ 食べきれ的分だけ作る。

保存のとき



- ・ 食品に応じた適切な保存をする。
- ・ 冷蔵庫を定期的にチェックする。
- ・ 作りおきの保存には中身の見える容器を使用する。

