



# 家庭でできる食品ロスの削減

## 家庭から出る食品ロスとは

- ・食卓にのぼった食品で、食べ切れずに廃棄されたもの（食べ残し）
- ・賞味期限や消費期限が過ぎてしまい、使用・提供されず、手つかずのまま廃棄されたもの（直接廃棄）
- ・野菜の皮をむくなど、食べられない部分を除去する際に、食べられる部分まで過剰に除去されたもの（過剰除去）



## 買い物するとき

- ・買い物の前に冷蔵庫の中を確認しましょう。
- ・計画的に買い物をすることで、食材を必要以上に買すぎないようにしましょう。
- ・すぐに食べるものは、消費期限や賞味期限の長いものを選ぶのではなく、陳列順に「てまえ」から購入しましょう。

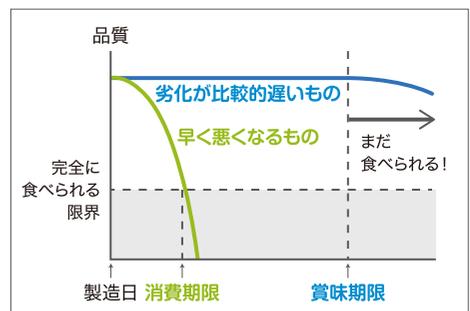


## 消費期限と賞味期限の違いを知ることが大切です

**消費期限** は、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、期限内に食べきるようにしましょう。

**賞味期限** は、品質の劣化が比較的遅い食品に表示されており、期限を過ぎててもすぐに食べられなくなるわけではありません。この二つの違いをよく理解し、無駄に食材を捨てることのないようにしましょう。

消費期限と賞味期限の違いのイメージ



(出展：農林水産省資料)

みんな～  
できることから始めよう!



墨田区ホームページ▶  
食品ロスについてはこちら

