



# 食ロス新聞



## 食品ロスとは

「食品ロス」とは、本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことをいいます。この食品ロスの量が問題となっています。

日本で発生している1年間の食品ロスの量は、日本で生産されている米の年間生産量（800万トン）と比較して、どのくらいの割合でしょうか。

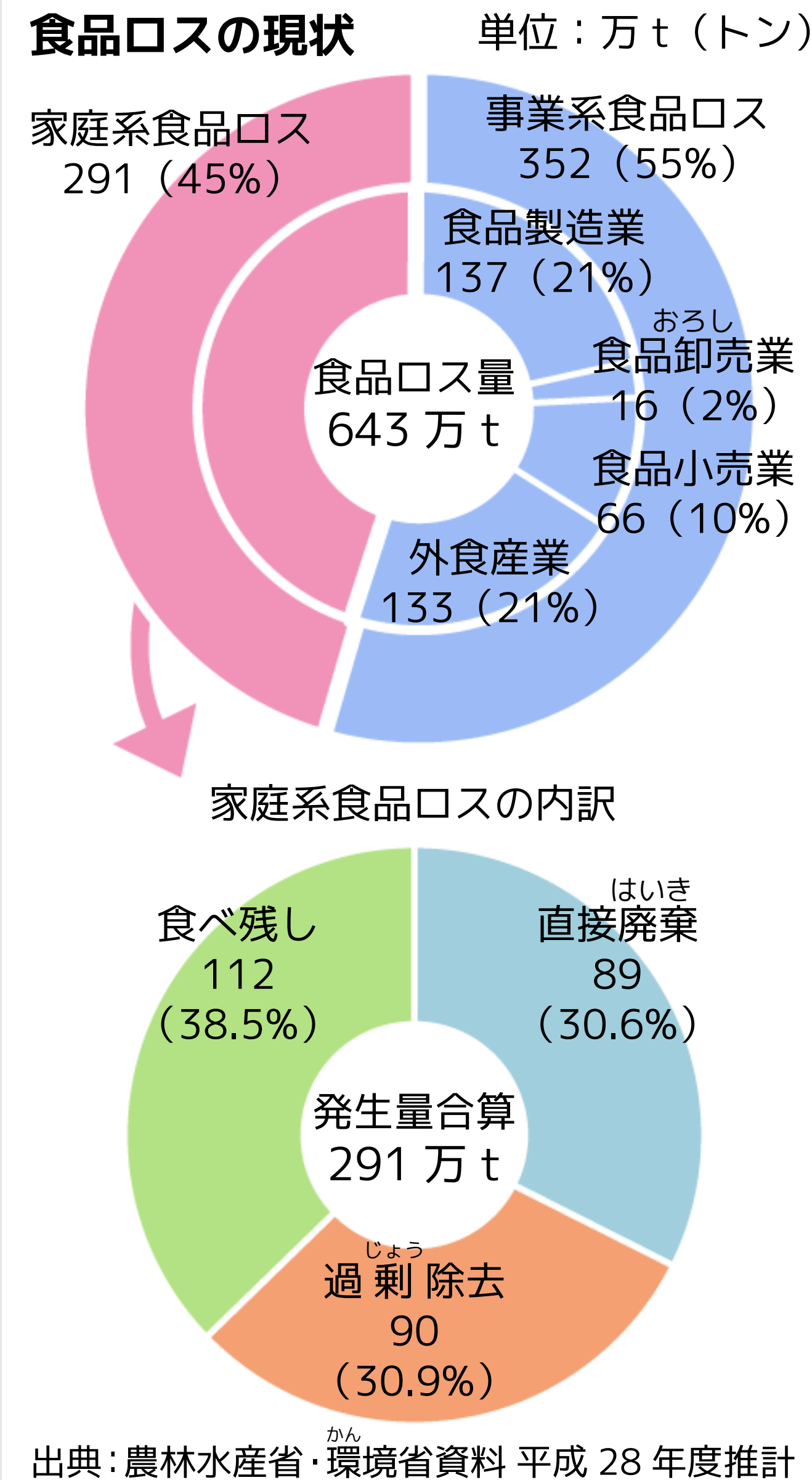


食べられるのに捨てられた食品（食品ロス）  
©（株）日本フードエコロジーセンター

農林水産省の統計によると、平成28年の米の生産量は約804万トン。それに対して、食品ロスは643万トン（平成28年度推計）といわれています。日本人は、まだ食べられるにもかかわらず、作ったお米の8割に当たる食品を捨てているのです。

製造・卸・小売事業者から発生する食品ロスは、製造・流通・調理の過程で発生する規格外品、返品、売れ残りなどです。外食事業者からの食品ロスは、食べ残しなどです。

世界には栄養不足の状態の人々がたくさんいます。日本では、大量の食料を海外から輸入し、食料の約6割を海外に依存しています。食品が無駄になるだけではなく、生産に関わった事業者のコスト、輸送や廃棄も含めたエネルギーも無駄になります。



## 食品ロスの約半分は家庭から

家庭からも食品ロスが発生しています。その中には、せっかく購入したのに手付かずの状態です。捨てられている食品も多く含まれています。



4コマ漫画出典...

「東京くらしねっと」(令和2年3・4月号)  
原案 東京農業大学 助教 野々村 真希

## 東京都消費生活総合センター

## 食品ロスを減らす取り組み

家庭で食品ロスを減らすためには「必要な量だけ購入」して、「食べきる」ことが大切です。

### 買い物

- 事前に冷蔵庫などをチェック**  
▶ メモ書きや携帯・スマホで撮影した画像が有効
- 買い物は使う分だけ**  
▶ 使う・食べられる量を購入しましょう。
- 手前に陳列されている食品をチョイス**  
▶ 家庭での利用予定に照らして期限表示を確認しましょう。

### 保存

- 最適な保存場所に**  
▶ 保存方法に従って最適な場所に保存
- ローリングストック**  
▶ 期限の長い食品を奥に、近い食品を手前に
- まとめて下処理**  
▶ 冷凍・乾燥・塩蔵などでストック

### 調理

- 残っている食材から使う**  
▶ 「いつか食べる」食品は食品ロス予備軍
- 食べきれぬ量を作る**  
▶ 体調や健康にも配慮
- 食材を上手に食べきる**  
▶ 定期的に冷蔵庫や収納庫を整理する日を決める  
(例：毎月〇日はあるものでお好み焼きデー)

## 今日から実践！食品ロス削減



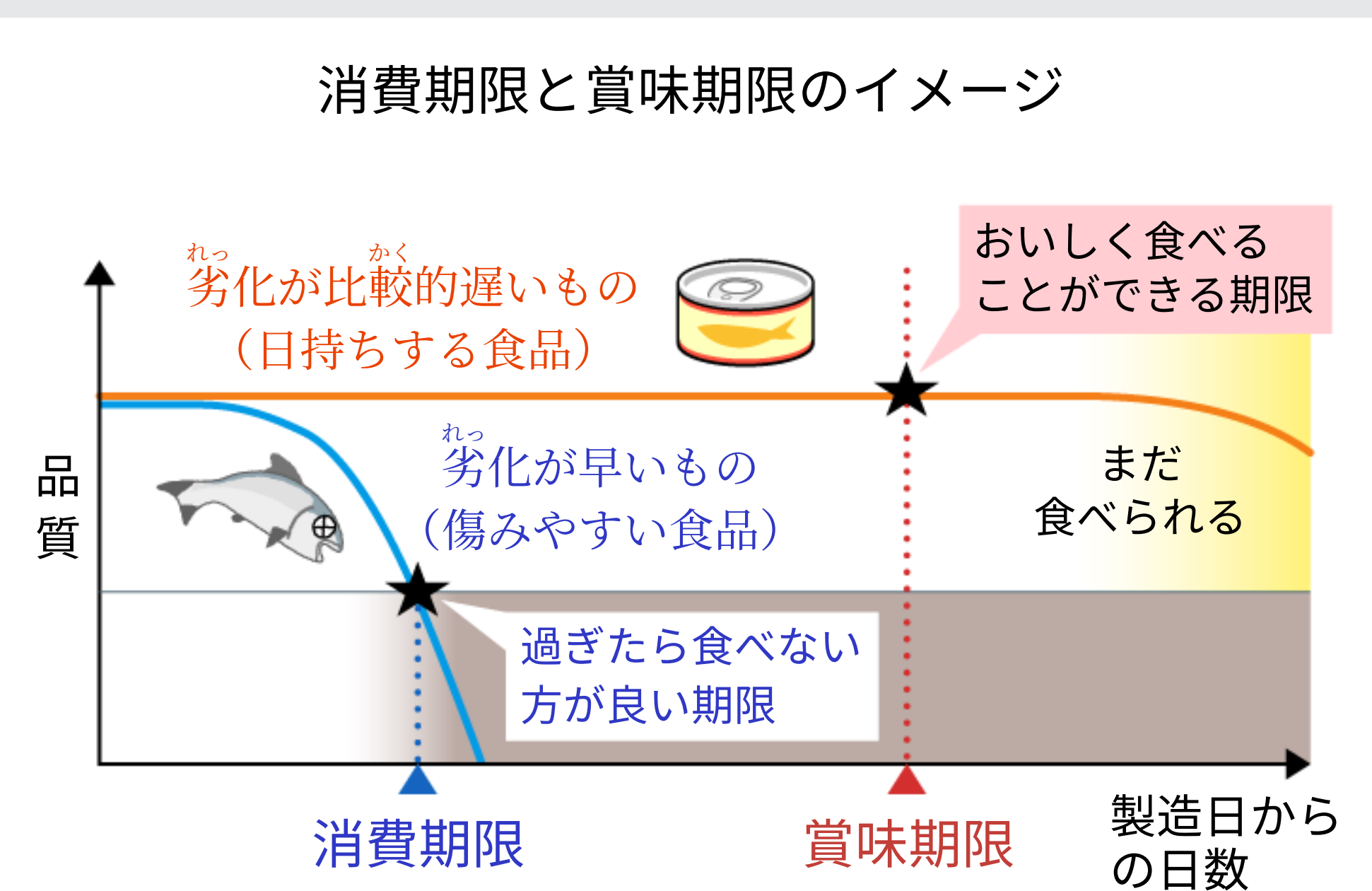
消費者庁パンフレット「今日から実践！食品ロス削減」

## まだ食べられるよ！賞味期限

もし、冷蔵庫に入っている賞味期限切れの卵を発見したらどうしますか。卵の賞味期限は、生で食べられる期間です。賞味期限が切れても、ゆでたり焼いたりしておいしく食べることができます。



卵に限らず、食品に記載された保存方法で保存された場合、賞味期限が過ぎたからといって、急激に食品の品質が落ちるわけではありませぬ。期限表示の意味を理解することが必要です。(下記参照)



消費者庁 冊子「計ってみよう！家庭での食品ロス」

## 事業者も工夫しています



世界の未来をかえる店

地域のくらし応援します！

エシカルスーパーマーケット

毎月10日はサービステイ

営業時間 AM10時～PM8時