

※ あなたも一年でお茶椀164杯分の 食べものを無駄にしているかも?!

～食品ロス削減のために、できることから始めよう～

家庭の食事だけでも、一人当たりの食品ロス量を試算すれば、一年間で24.6キログラムに及び、お茶椀164杯分※のごはんに相当します（※茶椀1杯分のごはんを150グラムと仮定）
一人一人が「もったいない」を意識して、日頃の生活を見直すことが重要です。

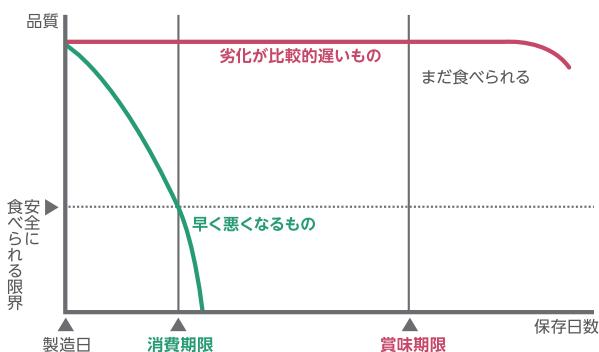
大切なのは、一人一人が「もったいない」を意識して行動すること

「賞味期限」を正しく理解する

食品の期限表示は、「賞味期限」と「消費期限」の2種類があります。「賞味期限」は、「おいしく食べることのできる期限」です。賞味期限を過ぎてもすぐに廃棄せず、自分で食べられるかどうかを判断することも大切です。



賞味期限と消費期限のイメージ



買い物は必要に応じて

必要な食品を、必要な時に、必要な量だけ購入しましょう。例えば、買い物に出掛ける前には、冷蔵庫の中をチェックしてみましょう!



調理で作り過ぎない/余ったら作り替える

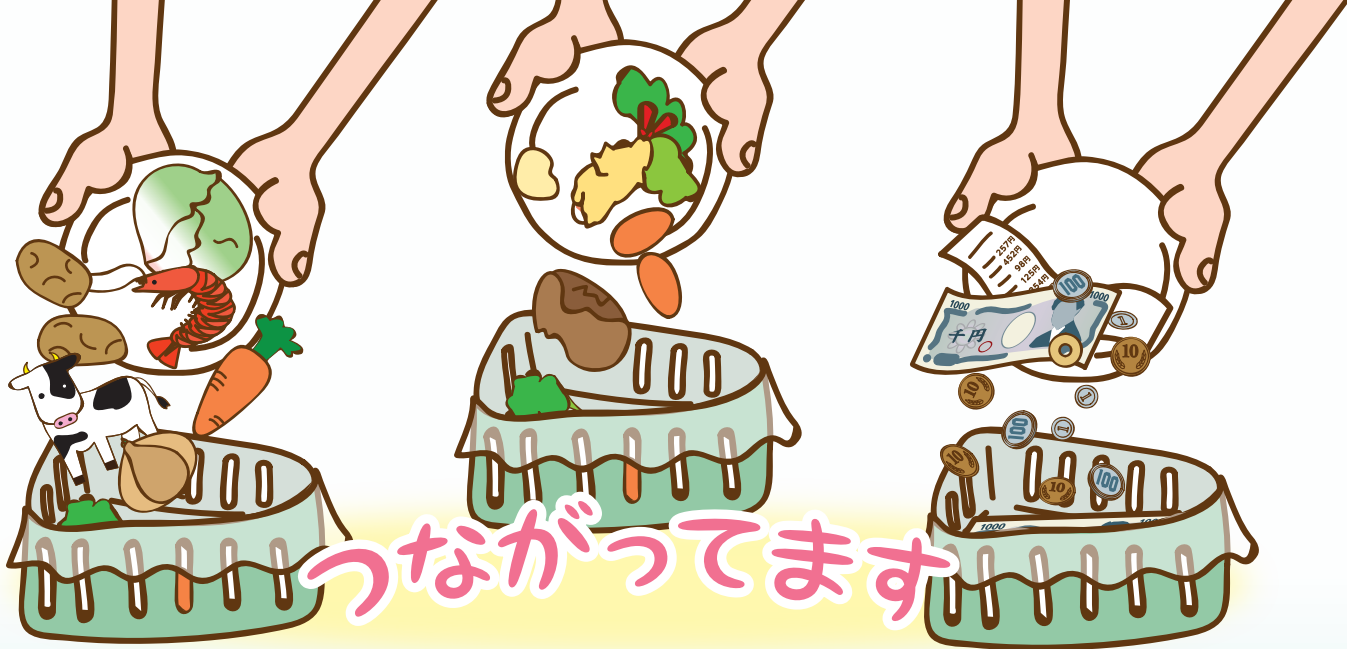
もし、食べ切れなかった場合は、他の料理に作り替えるなど、献立や調理方法を工夫しましょう。詳しくは下記URLへ

料理レシピサイト
「クックパッド」内の
「消費者庁のキッチン(公式ページ)」



<http://cookpad.com/kitchen/10421939>

食品関連事業者も、過剰在庫や返品等によって発生する食品ロスの削減に向けて動き出しています。消費者の皆様も、食品ロスの削減に向けてご協力をお願いします。



食品ロスの現状

● 食品ロスとは？

日本では、年間2,801万トン※の食品廃棄物等が出されています。

このうち、食べられるのに廃棄される食品、いわゆる「食品ロス」は、642万トン※と試算され、我が国の食用の魚介類の量（年間622万トン）にほぼ匹敵します。

※農林水産省及び環境省「平成24年度推計」



捨てられた手付かずの食品例 ~富山県提供~

● 食品ロスの約半分は一般家庭から

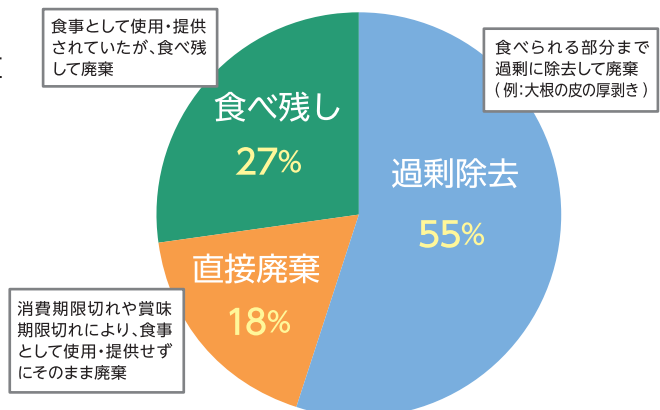
642万トンの食品ロスのうち、312万トンは、一般家庭からのものです。

家庭での一人当たりの食品ロス量を試算すれば、**一年間で24.6キログラム**に及び、**茶碗164杯分※のごはん**に相当します。

※茶碗1杯分のごはんを150グラムと仮定



家庭における食品ロスの内訳



出典：農林水産省「食品ロス統計調査・世帯調査（平成26年度）」を基に消費者庁にて作成

消費者庁では、食品ロスの削減に向けた情報発信を強化するため、「**食べもののムダをなくそうプロジェクト**」ページを開設しています。

食品ロス削減に取り組む地方公共団体や民間団体なども紹介しています。

http://www.caa.go.jp/adjustments/index_9.html