



令和5年10月
明章小学校

こんなにあるよ、食品ロス

10月は国が定める「食品ロス削減月間」です。「食品ロス」とは、まだ食べられる（食べられた）のに、ごみとして捨てられてしまう食べ物のことで、令和3（2021）年度は約523万トンと推計されています。日本人1人当りに換算すると、年間約50kg、毎日お茶碗1杯分（約130g）の食べ物を捨てている計算になります。たくさんの食べ物が捨てられているのに、世界には食べ物足りなくて困っている人もいます。「食品ロス」について、私たちにできることを考えてみましょう！

どうしてでるのか、食品ロス

むきすぎなど

料理の時に、レタスの外側の葉を捨てたり、じゃがいもの皮などを厚めにむいて、食べられる部分まで捨てられたもの

食べ残し

嫌いなものを残したり、おなかがいっぱいになって食べ切れなくなったもの

期限切れ

賞味期限や消費期限が過ぎてしまい、捨てられたもの

消費期限

- 安全に食べられる期限のこと。
- 期限を過ぎる前に食べるようする。
- 弁当・サンドイッチ・生めんなど。

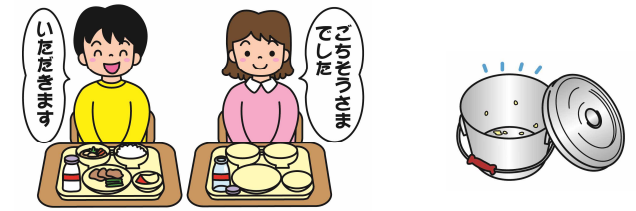
賞味期限

- おいしさが保障されている期限のこと。
- 期限が過ぎててもすぐに食べられなくなるわけではない。
- スナック菓子・カップめん、缶詰など。

やってみよう！食品ロスを減らすために！

残さず食べましょう

「もったいない」という言葉には、物を大切にし、感謝する気持ちがこもっています。食べ物の「もったいない」を減らすために、全部おいしく残さず食べましょう。給食の配膳は、食缶を空にするように盛り付けましょう！



おうちの人と一緒に、みんなで取り組んでみてください。

食材は必要な分を買きましょう

量り売り・ばら売りなどを活用して、買いすぎないようにしましょう。



食材は使い切りましょう

料理をするときは、むだなく使い切りましょう。余ったときも、一工夫しておいしく食べましょう。



まだあります！

買い物をした時にもらうレジ袋や食事をする時の割りばし。使った後は、捨てていませんか。もったいないですね。マイバック、マイはしやマイボトルなら、くりかえし何度でも利用することができます。できることから、始めましょう！



【食品ロス動画】
<https://drive.google.com/file/d/1jkg65UXVyxXIUYAHUD50QqvIrY8tz2Yv/view?usp=sharing>