



とやま食ロス ゼロ作戦



使いきり●食べきり●すっきり●エコライフ



食べられるのに捨てられてしまう“食品ロス”。

その量は、1人1日あたり茶碗1杯分のご飯と同じ量になります。

食品ロスを減らすためにできることを考えてみましょう。



すっきりんごちゃん





食品ロスってなに？

食品ロスとは、食品廃棄物のうち、食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。

食品廃棄物 = 食べられる部分 (食品ロス) + 食べられない部分 (野菜の皮、魚の骨など)

家庭から出る食品ロスには以下のものがあります。



手付かず食品

未開封、未使用のまま
捨てられた食品



食べ残し

食事として提供・使用
されたが、食べられずに
残った食品



過剰除去

野菜や果物の皮を厚くむ
きすぎることなどで除去さ
れた、食べられる部分



どのくらいあるの？

● 年間の食品ロスの発生量…621万トン

日本で1年間に排出される食品廃棄物等は、2,775万トン*。このうち食品ロスは621万トン*であり、国連WFPによる世界全体の食料援助量の約2倍に匹敵します。

*農林水産省及び環境省「平成26年度推計」

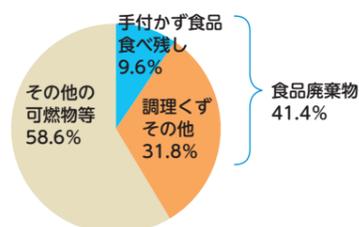


● 食品ロスの約半分は家庭から

621万トンの食品ロスのうち、282万トンは家庭からのものです。

食品ロス (621万トン) から1人当たりの食品ロス量を試算すると、「お茶碗約1杯分 (約134g) の食べ物」が毎日捨てられている計算となります。

可燃ごみに占める食品ロスの割合 (全国平均)*



*「平成27年度 地方自治体における食品廃棄物等の再生利用等の取組実態調査報告書」(環境省)を参考に作成



食品ロスの問題点

● 世界の食料不均衡

日本の食料自給率は先進国の中で最低水準であり、約6割を海外から輸入しているにもかかわらず、多くの食品を捨てています。

一方で、世界の栄養不足人口は約8億人で、世界人口の9人に1人の割合です。また、5歳未満の子どもの約1億5,500万人が発育阻害に陥っています。*

*国連食糧農業機関「世界の食料安全保障と栄養の現状2017」より



● 環境問題

食料の生産には多くの資源や水が使われており、食品を捨ててしまうことはこれらの資源や水をむだにしていることとなります。

また、廃棄物として処理する際には、運搬や焼却にもエネルギーが消費され、CO₂が排出されます。

ハンバーガー1個を作るために必要な水の量



*環境省ホームページ [virtual water] より

● 食品ロスは経済ロス

家庭から出る食品ロスは、4人家族の場合、月当りで約7.4kg*。金額にすると約7,400円分の食品を消費せずに捨てていることとなります。(1個100円のおにぎり (100g) に換算した金額。)

*農林水産省及び環境省「平成26年度推計」から算出



コラム G7 富山環境大臣会合

平成28年5月に開催されたG7富山環境大臣会合において、国際社会が連携し、資源や廃棄物の有効利用を進める「富山物質循環フレームワーク」が採択されました。富山県では、このフレームワークで取組みの具体例として食品ロス・食品廃棄物対策が挙げられたことを踏まえ、「富山県食品ロス・食品廃棄物削減推進県民会議」を設置し、削減に向けた全県的な運動を推進しています。



G7各国、EUの代表



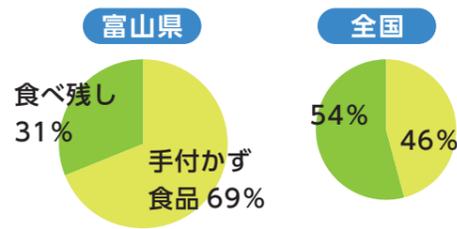
富山県の家庭からの食品ロスの実態

焼却施設で家庭からのごみ袋を開けて、その中身を調べたところ、富山県の食品ロスの特徴がわかりました。

● 手付かず食品の割合が高い

手付かず食品の占める割合が全国より高く、食べ残しの約2倍。

アンケートの結果、88.0%の家庭で「賞味・消費期限切れ等の手付かず食品」を廃棄しており、その理由で最も多いのが「購入したことを忘れ、期限切れになる」(61.5%)でした。



手付かず食品

● 夏場に食品ロスが増加

夏季(6月・8月)は食べ残しが大幅に増加、手付かず食品の廃棄も増加しています。

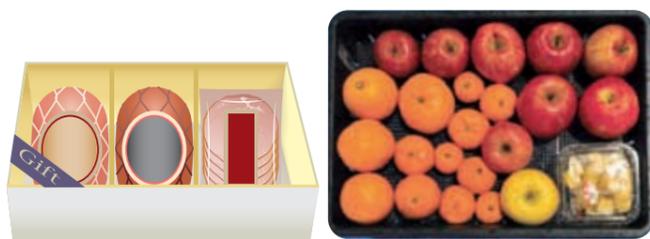
■家庭ごみの食品ロス量(組成調査実測値)

	11月・1月・3月の平均	6月・8月の平均
食べ残し	0.7kg	2.3kg
手付かず食品	2.1kg	3.1kg

アンケートの結果、食べ残しを出してしまう理由として最も多かったのが「食べきれずに保存するが結局食べない」(42.5%)でした。

● 季節によって余りやすい食材

冬の果物や夏野菜、贈答品など、季節によって大量に廃棄されるものがあります。



富山県の取組み

さんまるいちご 3015運動の推進

「3015運動」とは、立山の標高3015mにちなんで、30と15をキーワードにした富山型食品ロス削減運動です。

使いきり3015 毎月30日と15日に冷蔵庫などをチェックして食材を使いきる。

食べきり3015 宴会の開始後30分と終了前15分に食事を楽しむ時間を設定し料理を食べきる。

期限が近い食品は早めに使いきりましょう!

幹事さんは時間になったら呼びかけましょう!



● 食品ロス等削減運動協力宣言事業者の募集・紹介

食品ロス等の削減に取り組む生産者や食品関連事業者等を「食品ロス等削減運動協力宣言事業者」として登録し、その取組みをホームページ(裏表紙参照)で広く紹介しています。
例) 規格外品の加工品等への活用、ばら売りや小容量メニューの導入など



● サルベージ・パーティ開催の促進

食品ロスになりそうな食材を持ち寄って、みんなで調理して、おいしい料理に変身させる「サルベージ・パーティ」。友人や家族などと、気軽に楽しく取り組みます。日々の料理でも実践してみましょ。



サルベージ・パーティについての情報はこちら▶ <http://foodlosszero.jp/column/748>



コラム 食品ロス・食品廃棄物のリサイクル

富山県では、食品残さ等を飼料(エコフィード)として有効利用する取組みの支援や、家庭からの生ごみのコンポストを利用した堆肥化の推進をしています。また、県内では、食品廃棄物からメタンガスを発生させ発電を行っている事業者もあります。





食品ロスを削減するために、できることから始めましょう！

買物のとき

食材を使いきる日を作る

使いきりの日は家にあるものだけで料理にチャレンジ！使い切ってから買物に行くようにすれば、冷蔵庫もスッキリです。



食べきれぬ量を購入

お腹が空いた時の買物は、ついつい買い過ぎてしまいがちです。



すぐに食べるなら期限が近い食品を

値引き商品ならお財布にも優しいです。



グループでシェア

買いすぎた食品やまとめ売りの食品は、シェアしたり、みんなで一緒に食事したりすれば、残さず食べられます。



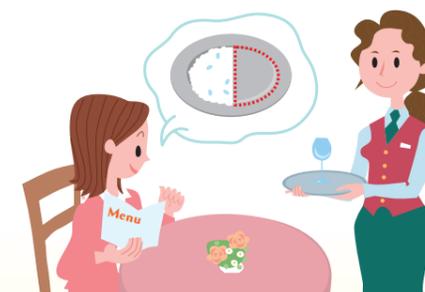
好き嫌いをなくして残さず食べる

量が多くて食べきれない時は、箸を付ける前に、他に食べられる人がいないか聞いてみるといいです。



外食では、食べきれぬ量を注文

小盛で提供してくれるお店もあります。



宴会では「食べきり3015」

乾杯のときに「食べきり3015」を呼びかけましょう。



また、バイキングでは、最初は味見で少しずつ取ると、食べ残しをなくせます。



食事の時に

調理の時に

ピーラーを活用

野菜の皮はピーラーを使えば厚むきをなくせます。皮ごと調理できる野菜もあります。



傷みやすい食品は上手に保存

魚や野菜などを保存するときは、食材に合った保存方法で長持ちさせましょう。味噌、酢、こうじなどを使って美味しく保存するのもいいです。



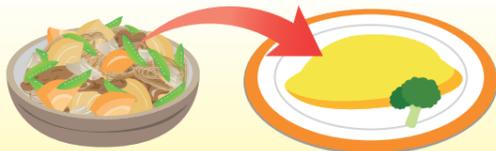
冷蔵庫でトレイを活用

賞味期限が近い食べ物を分けておけば、忘れることはありません。



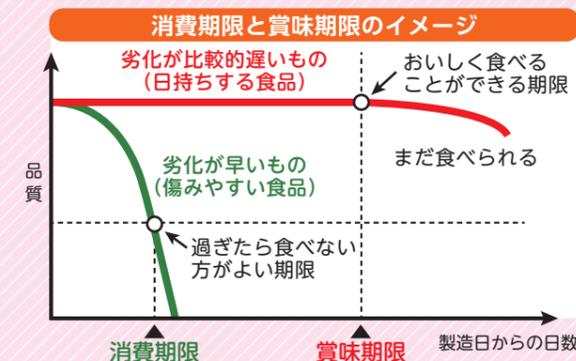
余った食材で新メニューにチャレンジ

使い方に困った食材はサルベージ・クッキングにチャレンジしてみましょう。残った料理をリメイクしてみるのもおすすめです。



コラム 「賞味期限」を正しく理解する

- 賞味期限は、「おいしく食べることができる期限」、消費期限は、「食べても安全な期限」です。
- 賞味期限は、過ぎててもすぐに廃棄せずに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	消費期限
意味	おいしく食べることができる期限	食べても安全な期限
対象	卵、牛乳、ハム、ソーセージ、缶詰、レトルト食品、カップ麺など 	弁当、サンドイッチ、惣菜、ケーキなど



富山県食品ロス WEB サイトの紹介



県内の食品ロスに関する情報を集約し、発信しています。

<掲載内容>

- ・理解度診断「使いきり 食べきり すっきり診断」
- ・関連イベント（シンポジウム等）の告知
- ・食品ロス等削減運動宣言協力事業者の募集・紹介 など

<http://foodlosszero.jp/>

とやま 食ロス で検索！



なくそう！食品ロス！



みんなの行動が食品ロスの削減につながるよ。

🍎 問合せ先 🍎

富山県生活環境文化部環境政策課

〒930-8501 富山市新総曲輪1-7

TEL 076-444-3140

リサイクル適性 (A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。