

使い切ろう! 食べ切ろう! ディアキチ™ワザアリ™テープ

冷蔵庫編

庫内の食料品を【定番品】と【臨時品】の2つに分け、定位置を決めます。

ワザアリ™テープで
保存日と内容物を記入!

!! 定番品 !!

毎日食べるもの、
無くなったらまた
買いたいもの
例) 納豆・豆腐・
ヨーグルト

Point!

残り物はゆとりスペースへ!
ここにあるものから献立を
考えましょう!



ゆとりスペース



!! 臨時品 !!

臨時的に舞い込んで
くる食料品や残りもの
例) 急ないただきもの
や、飲みかけのペット
ボトル

冷凍室編

形ごとに分けて、全ての
食材が見えるように
配置します。

立てて収納するときは
ワザアリ™テープ15mm幅
が便利!

Point!

重ねないルールで
使い切りましょう!

冷凍室/下段



冷凍室/上段



立体
例) パンや肉まん

薄い形状のもの
例) 冷凍食品の餃子

袋もの
例) コーンや枝豆

よく使う薬味
例) ネギ、生姜