

食品ロスを減らそう

木更津市の食育推進計画では、『環境に配慮した食料の選択、消費（「もったいない」精神）ができる』を目標のひとつに掲げ、取り組んでいます。

「食品ロス」とは、本来はまだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことをいいます。日本の「食品ロス」は年間約621万トンで、これは国民1人1日当たりになると134g（ご飯茶碗1杯分に相当）にもなりません（平成26年農林水産省推計）。「もったいない」という意識を持って、「食品ロス」を減らす取り組みを心掛けましょう。

家庭で出来る対策

◆買い物をする前に、在庫を確認しましょう

- ・ 冷蔵庫や食品庫を確認して、必要なものを購入するようにしましょう。
- ・ 「安いから」とあれこれ買いすぎて、食べきれず無駄してしまうことのないようにしましょう。

◆作りすぎに注意しましょう

- ・ 食べられる量だけ作りましょう。
- ・ 残ったものは、冷蔵庫・冷凍庫で保管し、早めに食べきりましょう。

30・10（さんまる・いちまる）運動

宴会時の食べ残しを減らすためのキャンペーンで、

〈乾杯後30分間〉は席を立たずに料理を楽しみましょう、

〈お開き10分前〉になったら、自分の席に戻って、再度料理を楽しみましょう、と呼びかけて、食品ロスを削減するものです。

参考：平成26年農林水産省推計

環境省食品リサイクル関係 普及啓発用資料

木更津市健康増進計画「第3次健康きさらづ21」