



食品ロスの現状と対策

食品ロスとは？

- ・「**食品ロス**」=本来食べられるのに、捨てられてしまう食品

食品廃棄物:元々食べられないものも含む食品由来のごみ全般
(魚の骨・野菜の皮など)

食品ロス:本来食べられるのに捨てられる食品
(消費期限切れの食品や、食べ残し)

- ・食品ロスは、一般家庭から出る**家庭系**と、飲食店やスーパーなどから出る**事業系**に分けられる

食品ロスの発生量

- ・日本における食品ロス量 **461万トン**／年（農林水産省 令和6年度推計値）

日本における食品ロス量 461万トン／年

家庭系 **224万トン**／年

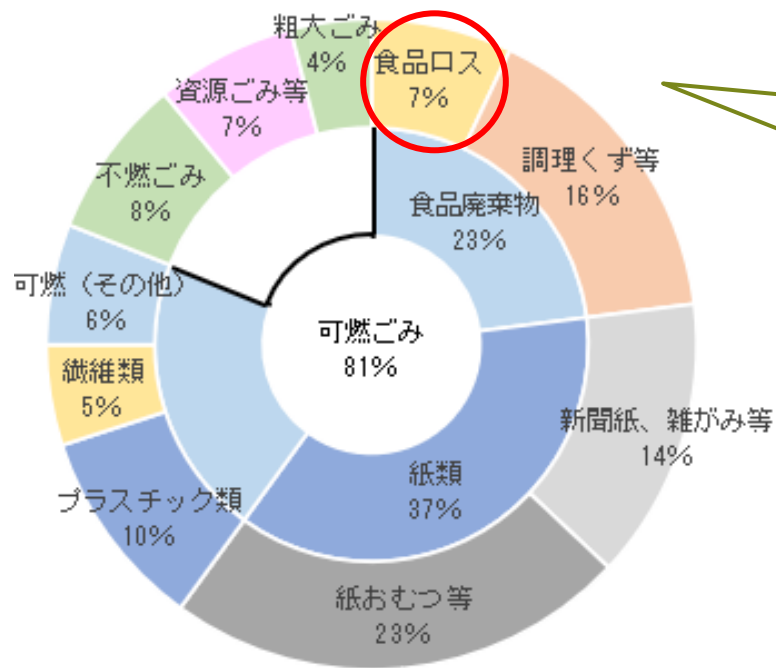
事業系 237万トン／年

⇒国民一人あたり、**毎日102グラム**（約**おにぎり1個分**）の食品ロスが発生している計算



世界では約7億人の人々が栄養不足に苦しんでいる。
日本の食品ロス量は、国連世界食糧計画による**食料支援量**
（2024年で年間約**250万トン**）の約1.8倍。

福井県の食品ロス



可燃ごみのうち
7%が食品ロス

＜家庭で捨てられやすい食材ランキング＞（R1福井県連合婦人会アンケート調査より）

- 1位 消費・賞味期限切れの食品
- 2位 買いすぎた食材
- 3位 作りすぎた食材

食品ロス削減に向けた目標

- ・食品ロスの削減は、持続可能な開発目標(SDGs)のうち、
目標12「持続可能な生産消費形態を確保する」のターゲットの一つ。

(ターゲット12-3)

「2030年までに小売・消費レベルにおける世界全体の一人当たりの食料の廃棄を半減させ、収穫後損失などの生産・サプライチェーンにおける食料の損失を減少させる。」



- ・「食品ロスの削減の推進に関する法律」(第9条)では、

10月を「食品ロス削減月間」、
10月30日を「食品ロス削減の日」とし、
食品ロス削減に向けた啓発活動を行っている。



食品ロス削減のためにできること

- ①期限表示の正しい理解
- ②フードバンク・フードドライブへの協力
- ③持ち帰りの実施
- ④てまえどりの実施
- ⑤おいしいふくい食べきり運動の実践
- ⑥買い物や調理時のコツ習得

期限表示の正しい理解

○賞味期限と消費期限の違い

賞味期限…おいしく食べることができる期限
(スナック菓子、カップめんなど、傷みにくい食品に表示)

消費期限…安全に食べられる期限
(生肉、お弁当、サンドイッチなど、傷みやすい食品に表示)



未開封かつ包装等に記載されている保存方法を守っていれば、
賞味期限を過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではない！

○消費者庁の取り組み

賞味期限の愛称を「**おいしいめやす**」とし、賞味期限の正しい理解を普及している。

フードバンク・フードドライブへの協力

○フードバンク・フードドライブとは

フードバンク…**企業や事業者**から発生する未利用食品を福祉施設などへ無償で提供

フードドライブ…**家庭**の未利用食品を福祉施設などへ無償で提供

- ・開封されずに捨てられる「未利用食品」による食品ロス削減のため、行政・民間団体・企業などが実施している。
- ・基本的に賞味期限が1カ月以上ある未開封の食品を提供している。

○福井県の取り組み

フードドライブを実施した団体を県HPにて紹介。

<https://www.pref.fukui.lg.jp/doc/junkan/ippan/fooddrivejiseki.html>



持ち帰りの実施

○ドギーバッグの活用

ドギーバッグ…レストランなどで食べきれなかった料理を持ち帰るための容器

⇒ドギーバッグの活用は、外食時の食べ残し削減に繋がる。

○環境省の取り組み

外食の時に、ドギーバッグなどを使って食べ残しを持ち帰る行為の愛称を「**mottECO**」とし、普及を促進している。

(「もっとエコ」「持って帰ろう」の意味を含めたネーミング)



てまえどりの実施

○てまえどりとは

購入してすぐに食べる場合に、商品棚の
手前にある商品等、**販売期限の迫った**
商品を積極的に選ぶ購買行動

⇒期限が過ぎて廃棄されることによる
食品ロスの削減に繋がる。

○消費者庁・農林水産省・環境省の取り組み 商品陳列棚に掲示する啓発資材を作成

すぐに食べるなら、
手前をえらぶ。

『てまえどり』

にご協力ください。



食品ロス
ゼロをめざして

みんなで目指そう、地球にやさしいお買い物。



消費者庁

農林水産省



環境省

おいしいふくい食べきり運動の実践

○おいしいふくい食べきり運動とは

福井県が実施する、

①家庭やホテル・レストランなどで、**おいしい福井の食材**を使って
おいしい料理を作り、

②作られた料理を**おいしく食べきって**、

③残ってしまった料理は、家庭では新たな
食材として**アレンジ料理**に活用し、
外食時には**持ち帰って**家庭で食べきろう！

という運動のこと。

イメージキャラクター
「**のっこさん**」



おいしいふくい食べきり運動の実践

○おいしいふくい食べきり運動の内容

(1)事業者との協力

食べきり運動の趣旨に賛同するお店を登録し、店舗ごとに食品ロス削減のための取組みを実施

食べきり運動協力店…ハーフサイズ・小盛りのメニューを設けるなど、
食べ残しがでにくくなる取組みを実施する飲食店

食べきり家庭応援店…ばら売り・はかり売りを行うなど、買い過ぎや
作り過ぎによる食品ロスを減らす取組みを実施する
小売店



おいしいふくい食べきり運動の実践

(2)宴会時の食べ残し対策

会食や宴会の際には、「**宴会5か条**」(食べ残しを減らすための5つのルール)を守るよう呼びかけ。

- ①適量注文を行う
- ②開始30分・終了10分は食べることに集中する時間にする(**3010運動**)
- ③テーブル間で料理を分けあう
- ④幹事は食事を食べきりよう呼びかけを行う
- ⑤それでも残ってしまった料理はお店に確認して持ち帰る

(3)「食べきり実践手帳」の実践

詳しくは次ページ以降もしくは県HPを参照

<https://www.pref.fukui.lg.jp/doc/junkan/tabekiri/tabekiritetyou.html>



買い物や調理時のコツ習得

詳しくは、「食べきり実践手帳」を参照

○お買い物編

・安いからといって買いすぎ注意！

割引シールにまどわされず、**必要なものだけ**を買うようにしましょう。

・買い物前に冷蔵庫チェック！

何がどのくらいあるのか確認を。冷蔵庫内の写真を撮って買い物に行くのも○。



○保存の方法編

・食品別の保存方法を知り、小分けにして冷凍しよう

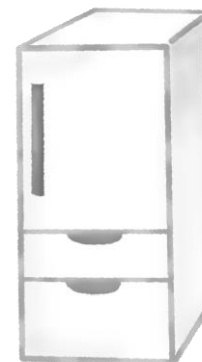
肉・魚はトレーから出して、**使う分ごと**にラップやフリーザーバッグに入れて冷凍。
きのこ類は洗わずに根元を切り落とし、食べやすい大きさに**カットして冷凍室**へ。

・冷蔵庫を整理しよう

期限の近いものから**手前**に置こう。
定位置を決め、「使い忘れ」を防ごう。



「見える化」が重要！



買い物や調理時のコツ習得

○調理の工夫編

・食べきれ的分だけ作ろう

家族の予定を共有し、早めの連絡で作りすぎない工夫をしよう。
家族がどれくらい食べられるのか、適量を把握しておこう。

・アレンジレシピを活用しよう

残ってしまった料理は、ほかの料理にアレンジしておいしく食べきろう。



食べきり、使い切りレシピを
クックパッドで公開中！
「消費者庁のキッチン」で検索！
<https://cookpad.com/kitchen/10421939>

○食事編

・盛り付け方を工夫しよう

一度箸をつけたものは保存が難しいので、食べきれ的分だけ
盛り付けよう。

小鉢で一人ひとりに盛り付けるのもおすすめ。

・家族一緒に食事をしよう

みんなで楽しく、声掛けをしながらおいしく食べきろう。

