

おうちでの

食品ロスを減らそう

本来食べられるのに、捨てられてしまう食品のことを「**食品ロス**」といいます。
食べられる食品を捨ててしまうことは「もったいない」だけでなく、環境等の問題にもつながります。
食品ロス削減のために私たちに何ができるのか、考えてみましょう。

食品ロスの約半分は家庭から

日本の食品ロス量年間 600 万トンのうち、約 300 万トンは家庭から発生しています。

みんなが「**もったいない**」という思いを持ち、行動することで食品ロスを減らすことができます。
無駄な買い物をしない、食べきれぬ量の料理を作るなど、それぞれできることから始めてみませんか。

ヒントはウラ面に！ ➡

捨ててしまう理由

- 1位 食べきれなかった
- 2位 傷ませてしまった
- 3位 賞味・消費期限が切れていた

捨てられやすい食材

- 1位 主食(ごはん、パン、麺)
- 2位 野菜
- 3位 おかず



消費者庁データ

明石市のゴミの状況

明石市内の家庭において、調理くず、食べ残しの食品は年間 17,123 トン、手つかずの食品は年間 1,795 トンあり、明石市民一人あたり年間約 62kg、**毎日**お茶碗に**山盛り一杯分**の食べものを捨てていることとなります。
食品ロスを減らすためには、**家庭での取組**が重要です。

ゴミ減量のためのお願い

生ごみの **約80%**が**水**
生ごみの中の水分を減らすことができれば、
ごみの量を減らすことができます。
ごみを捨てる際には水を切りましょう。

