



「食品ロス」という言葉を知っていますか？
 「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。

令和元年10月から「食品ロスの削減の推進に関する法律」が施行され、その中で、10月は食品ロス削減月間、10月30日は食品ロス削減の日とされています。

食品ロスを減らそう！

日本の食品廃棄物等は年間2,531万トンです。その中で本来食べられるのに、捨てられる「食品ロス」の量は年間600万トンになっています。これは、食べられるおにぎりを毎日1人当たり1個捨てているのと同じ量になります。(消費者庁ホームページより)



食品ロスを減らすためにできること

家族が食べきれない量を
 考えて料理を作る。



冷蔵庫や食品庫は
 整理整頓し、
 「見える化」する。



必要なものを
 使いきれ的分だけ
 買う。



すぐに使うなら
 消費期限や賞味期限の
 近いものを選ぶ。



冷凍できるものは、
 新鮮なうちに冷凍する。

余った食品を使い切る日を設ける。

消費期限と賞味期限

消費期限(期限を過ぎたら食べない方がよい)

袋や容器を開けないままで、書かれた保存方法を守って保存した場合に、この「年月日」まで「安全に食べられる期限」のこと。

賞味期限(おいしく食べることができる期限)

袋や容器を開けないままで、書かれた保存方法を守って保存していた場合に、この「年月日」まで「品質が変わらずにおいしく食べられる期限」のこと。

どちらも袋や容器を開けないで、書かれた通りに保存していた場合の安全やおいしさを約束したものです。一度開けてしまった食品は、期限に関係なく早めに食べるようにしましょう。



エコバッグを清潔に使うためのポイント

令和2年7月にレジ袋が有料化されてから、エコバッグがかなり浸透してきました。エコバッグは清潔に使用できていますか？

目につく汚れやニオイがなくても、知らぬ間に肉や魚の汁、野菜の土がエコバッグに付着することがあります。そのままにして使い続けると、食中毒菌が増殖してしまい、新たに購入した食品に菌が付着してしまいます。

定期的に洗いましょう。

肉、魚、野菜はポリ袋に
 入れましょう。

肉、魚、冷蔵・冷凍食品などの冷たい
 ものは、まとめて入れて、温かいもの
 と密着しないように入れましょう。

食品と日用品を入れる
 バッグを区別しましょ
 う。

食品を入れたエコバッグ
 の持ち運びは、短時間に
 しましょう。

