

# すてない、のこさない。 愛ある消費

10月は食品ロス削減月間／10月30日は食品ロス削減の日

問い合わせ▶環境都市推進課☎(888)5708



ポスター



選で当たるキャンペーンも実施します。上記のコードからアクセスしてクイズにチャレンジ！応募は11月5日(金)まで。

食品ロス削減の日である10月30日(土)に、市内のスーパーマーケットなど、下記の店舗で食品ロス削減関連グッズを配布します。  
また10月1日(金)から、秋田米新品種「サキホコレ」2kgなどが50人に抽

**「食品ロス削減の日」に特別啓発イベントを開催！**

市では今年度、食品ロス削減月間の10月に、愛ある消費すてない、のこさない。をキャッチコピーに、市内のスーパーマーケットなどにポスターやのぼりを掲示するなどの啓発イベントを実施します。  
みなさんもこの機会に、買ったものをどう使い切るのか、どう保管すれば長持ちするか、「どう消費するべきなのか」を考えてみませんか。「愛ある消費」が、食品ロスから地球を救う♡

**実施店舗** 秋田市民市場／秋田生鮮市場保戸野店／秋田まるごと市場／イオンスタイル茨島／いとく秋田東店／うえたストア外旭川店／Aコープ大正寺／グランマート外旭川店／コープあきた茨島店／ジェイ・マルエー茨島店／スーパーセンターアマノ御所野店／西武秋田店／通町せきや／ドジャース食品館／ドジャース広面店／ナイス土崎店／ビフレ東通店／マルタイ牛島店／MEGAドン・キホーテ秋田店  
(店舗変更情報などは、市ホームページでお知らせします。広報ID番号10030942)



(撮影協力：マックスバリュ泉店)

## 手前どり

「ホムアちゃん  
いち押し！」



買ったものときに、「1日でも期限の長いものを」と、棚の奥から商品を引き張り出していませんか？

期限が短いものが売れ残ると廃棄され、食品ロスになってしまいます。期限が短いからといって品質に問題はありません。購入してすぐ食べる・使う場合には、商品棚の手前から期限が短い商品を積極的に選ぶ「手前どり」を実践しましょう！

そのほかにも…

▼買った物に行く前に家にある在庫をチェック↓冷蔵庫をスマートフォンの撮影するのもおすすめです。家にある食材を優先的に使いましょう。

▼できる限り、そのとき必要な分だけを購入する

▼「安い」という理由だけで食材を買わない↓安い食材を見つけると、予定外の買い物をしてしまうこともあると思います。買うときには、いつ、何に使うのかをイメージして買うようにしましょう。



ごみ袋の中にあつた使われないまま捨てられた食品  
(家庭ごみ組成調査より)

「食品ロス」とは、本来食べられるのに捨てられてしまう食品のこと。食品ロスは日本では年間600万トン(平成30年度推計農林水産省・環境省)も発生しています。このうち、家庭から出る食品ロスは276万トン、飲食店、食品販売店などから出る事業系の食品ロスは324万トンです。

世界には、ご飯を満足に食べられない人が8億人もいると言われています。日本の食料自給率は37%(令和2年度)と、多くの食べ物を輸入に頼っている一方で、食品ロスの量を一人あたりにすると、全員が毎日、お茶碗1杯分の食べ物を捨てていることに…。

令和元年10月には「食品ロスの削減の推進に関する法律」が施行されました。食品ロスを減らすために、私たちにできることから、少しずつ始めてみませんか。

### お店では食べきれぬ量を 考えて注文しよう!

職場でのランチ、家族や友だちとの外食などで、食べ残してしまうことはありませんか? 日本では、外食産業は食品ロス発生量の約19%(116万トン)を占めていて、店側の取り組みに加え、利用するお客さんも食べ残しを減らすことが重要です。

あれも、これもとつい注文しすぎてしまうこともあるかと思いますが、はじめから食べきれぬ量を意識して注文することも食品ロスを出さないポイントです。食べきれないと思うときは、小盛りにしてもらうなどとして、出された料理はおいしく食べきりましょう。

なお、市では食べ残しを減らすための取り組みに協力していただけるお店を「もったいないアクション協力店」として登録しています。ぜひご協力ください。協力店一覧は、市ホームページをご覧ください。

◆ 広報ID番号 1006188



協力店はこのステッカーが目印。9月1日現在、99店舗が登録中です!



### 食品ロスダイアリーをつけて家計のやりくり 上手になろう!

あなたの家からは、どんな食品ロスがでていきますか?

「何を」「どのくらいの量」「なぜ破棄したか」などを記録してみましょう。記録することで、「値引き商品をつい買ってしまふ」「賞味期限が過ぎたものをすぐ捨てる」「在庫を確認しないので、同じものを買ってしまふ」などの傾向に気付くことができます。

食べ物を捨てるということは、それを購入したお金もムダにしているということなんです。さらには、捨てるためのごみ袋の量も増え、その分の費用がかかってしまいます。「今週は〇〇円分の食品を捨てた」と具体的な数字を見ることで行動を変えるきっかけとなり、自分の生活にもプラスになります。

この機会に自分の家から出る食品ロスについて考えてみましょう。食品ロスダイアリーは、市ホームページからダウンロードできます。

◆ 広報ID番号 1029270

旬な食材をおいしく  
使い切るヒント、教えます!

### 食べきりアイデアカフェ

〜秋の食材編〜

野菜ソムリエプロの鈴木まり子さんが、実演を交えて秋野菜を使い切る方法などを紹介します!

メニューは、収穫の秋を堪能するレシピ。できあがった料理はテイクアウト♪参加無料。先着各12人。

日時▶10月15日(金)

①午後1時30分〜2時30分

②午後3時30分〜4時30分

会場▶中央市民サービスセンター調理室(市役所3階)

申し込み▶10月4日(月)午前8時

30分から環境都市推進課

☎(0888)57008

### 食品ロス削減パネル展

10月1日(金)から11月1日(月)まで、市役所1階市民ホールで。野菜を活用したレシピや、食品ロスを減らすポイントをパネルで紹介いたします。