

草津市版『3010運動^{プラス}』の取り組み

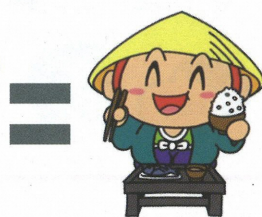
3010運動とは、宴会開始後30分と終了前10分は自席で食事を楽しむ運動です。

草津市では、健康づくりの観点と食べられる食品の廃棄対策につながる『3010運動+』を展開しています。

3010運動の取組内容【親睦会等】

■ 幹事は、参加者が食べ残しをしないよう準備する。

- ・参加者にあらかじめ食べられない物や量を少なくしてほしい等の要望を聞く。
- ・料理は「量より質」（料理の量は少なめに 質を上げる）とすることも検討する。



■ 幹事は、参加者に対して3010運動の呼びかけを行い、参加者はこれを実践する。

- ・開催案内や当日の挨拶等で、以下のような呼びかけを行う。

（開始時） 「これより30分間は席で料理をお召し上がりください」

（終了10分前） 「間もなくお開きとしますが、料理が残っている方は席にお戻りいただき、料理を残さずお楽しみください」

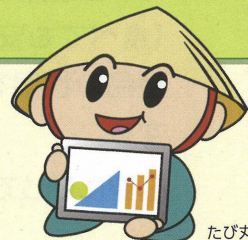
ポイント



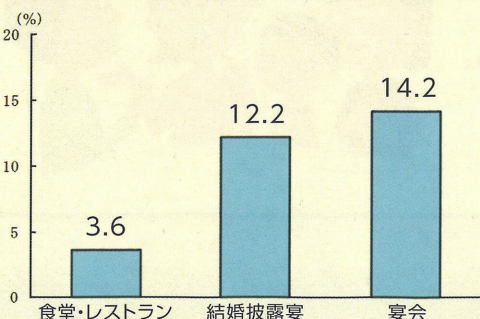
—健康づくりの視点から— 開始30分は、自席で食事を楽しみ、空腹状態での多量飲酒を避けましょう。野菜から食べ、1口20～30回を目安によく噛んで食べましょう。

日本のもったいない現状

日本では、年間約2,775万トンの食品廃棄物等が排出。このうち、本来食べられるのに廃棄されているもの、いわゆる「食品ロス」は、年間約621万トン含まれると推計。（平成26年度推計）



◆1食当たりの食品使用量に対する食べ残し量の割合



食品ロス統計調査・外食調査(平成27年度)

平成27年度の食品の食べ残し量の割合は、食堂・レストランでは3.6%、結婚披露宴では12.2%、宴会では14.2%となった。

だから

3010運動を推進しています