

～できることから実践～

ゼロ

食品ロス0のまち 草津市へ!!

食材に感謝し完食

1人当たり毎日お茶碗1杯分の食品が捨てられている現状を変えよう!!

食品ロスとは??

売れ残りや食べ残しなど本来は食べられるのに廃棄される食品のことをいいます。
日本では年間600万トン以上の食品ロスが発生しています。

世界中で食品ロス削減に向けた取り組みが進んでいます

12 つくる責任
つかう責任



持続可能な開発目標 (SDGs) とは

2015年9月の国連サミットで採決された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」にて記載された2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標です。
その中で、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るという目標が定められています。

日常生活でできる完食以外の食品ロス削減方法は裏面へ

食品ロス削減へ今日から実践できること



家庭編

- ▶ 消費期限と賞味期限を正しく理解し、適切な対応を心がけましょう。

消費期限とは??

～安全に食べられる期限～
品質の劣化が早い商品に表示



消費期限を過ぎた食品は食べないようにしましょう。
消費期限を過ぎるまえに食べましょう。

賞味期限とは??

～美味しく食べられる期限～
品質の劣化が比較的緩やかな商品に表示



賞味期限を過ぎててもすぐに食べられなくなるわけ
ではありません。捨てる前に色やにおい、味など
をチェックしてみましょう。

※未開封、適切な保存方法がされている場合に限りです。

- ▶ 食材を上手に使い切りましょう。

調理をする際は残っている食材から使うようにしましょう。

また、余った食材は他の料理に作り替えるなど献立や調理方法を工夫しましょう。



買い物編

- ▶ 買い物に行く前に冷蔵庫の中身を確認しましょう。

事前に中身を確認することで無駄な買い物を減らすことや、食品の廃棄を防ぐことができ、
食品ロス削減につながります。



外食編

- ▶ 注文は食べきれる量にしましょう。

小盛りや小分けメニューを上手に利用し
注文しすぎないようにしましょう。

- ▶ 宴会時には、3010運動+を実践しましょう。

宴会時には幹事が3010運動+の実施
を呼びかけ、参加者は実践しましょう。



健康づくりの視点からも、「空腹状態での多量飲酒を
避ける」「野菜から食べる」「一口20～30回を目安によ
く噛んで食べる」を心掛けましょう。

問い合わせ

食品ロス削減に関すること
健康都市づくりに関すること

・・・草津市環境経済部資源循環推進課
・・・草津市健康福祉部健康福祉政策課

TEL 077-562-6361
TEL 077-561-6889