



「食品ロス」ってなんだろう?!

★食品ロスとは…

本来食べられたはずなのに、捨てられてしまう食品のこと。

食品ロス削減のためには、ひとりひとりの取り組みが必要です!



こんなことはありませんか?



食べ残し

傷んでしまった

期限切れ

●日本の食品ロス発生量

年間**472万トン** (令和4年度)



●国民1人当たりの食品ロス量

年間**38kg** = 毎日**103g**

「山梨県食品ロス削減に関する県民・事業者意識調査(令和2年度)」では、「手つかず食品」が出てしまった理由として**72.8%**の人が「**購入したものの、食べるのを忘れてしまい、古くなってしまったため**」と回答しています。

※「手つかず食品」とは、食べるために買ったのに、腐ったり期限切れなどで手をつけずに捨ててしまった食品を指します。

お茶碗
約1杯分の
食品ロスに
相当します!



☆食品ロス削減のために…

✓冷蔵庫の整理整頓



冷蔵庫の中にある食品を把握し、使い忘れや買い過ぎに注意する。

✓食材は余すところなく使おう

例えば、「ピーマンの種」もそのまま炒めるなどすれば食べられます!

✓「てまえどり」を実践しよう

買い物をするときすぐに食べる食品は、手前の賞味期限・消費期限が近い商品から取ると、お店の食品廃棄の削減につながります。



参考:環境省ホームページ、「食品ロス削減ガイドブック(令和6年度)」(消費者庁)、

「かんしょくまと学ぼう!食品ロス削減の巻」(山梨県 県民生活部 県民生活安全課 令和6年3月発行)

公益社団法人山梨県栄養士会(山梨県栄養なんでも相談事業)