

大阪市

ごみゼロ



リーダー

ニュース

〈全市版〉

第39号

「食品ロス」が大問題！！

近年、「手つかずのまま捨てられている食品」や「食べのこし」といった無駄に捨てられている、「食品ロス」が問題となっていますが、この「食品ロス」、いったいどれくらいあるのか知っていますか？

日本での「食品ロス」は、年間約632万トンにも上ります。（農林水産省および環境省 平成25年度推計）

これを国民1人当たりで換算すると、毎日お茶碗約1杯分（約136g）のご飯の量を捨てていることとなります。

日本の食料自給率は現在39%（平成27年度）で、食べ物の多くを外国からの輸入に頼っていますが、その輸入量の約3割を廃棄しています。

食べられる食料を大量に捨てているという現実、みなさん、もったいないと思いませんか。

あ～、あ～、まだ食べられるのに！



手つかずのまま捨てられた食品

あ～、なんてもったいない

「食品ロス」は、食品メーカーや卸、小売店、飲食店など、『食べる』ことに関する様々な場所で発生しています。

食品メーカーや卸、小売店であれば、返品されたもの、在庫として抱えていて期限が過ぎたもの、また、飲食店などでは、客が食べ残した料理などが「食品ロス」となっています。

家庭においても、全体の約半数にあたる年間約302万トンが発生しています。食材別にみると最も多いのは野菜、次いで調理加工品、果実類、魚介類となっています。

家庭から出される生ごみの中には、手つかずの食品が2割にものぼり、さらにそのうちの4分の1は賞味期限前にもかかわらず捨てられているほか、調理の際での、野菜の皮剥きや肉の脂身の取り除きなど、食べられる部分を過剰に捨てていることも食品ロスの原因となっています。

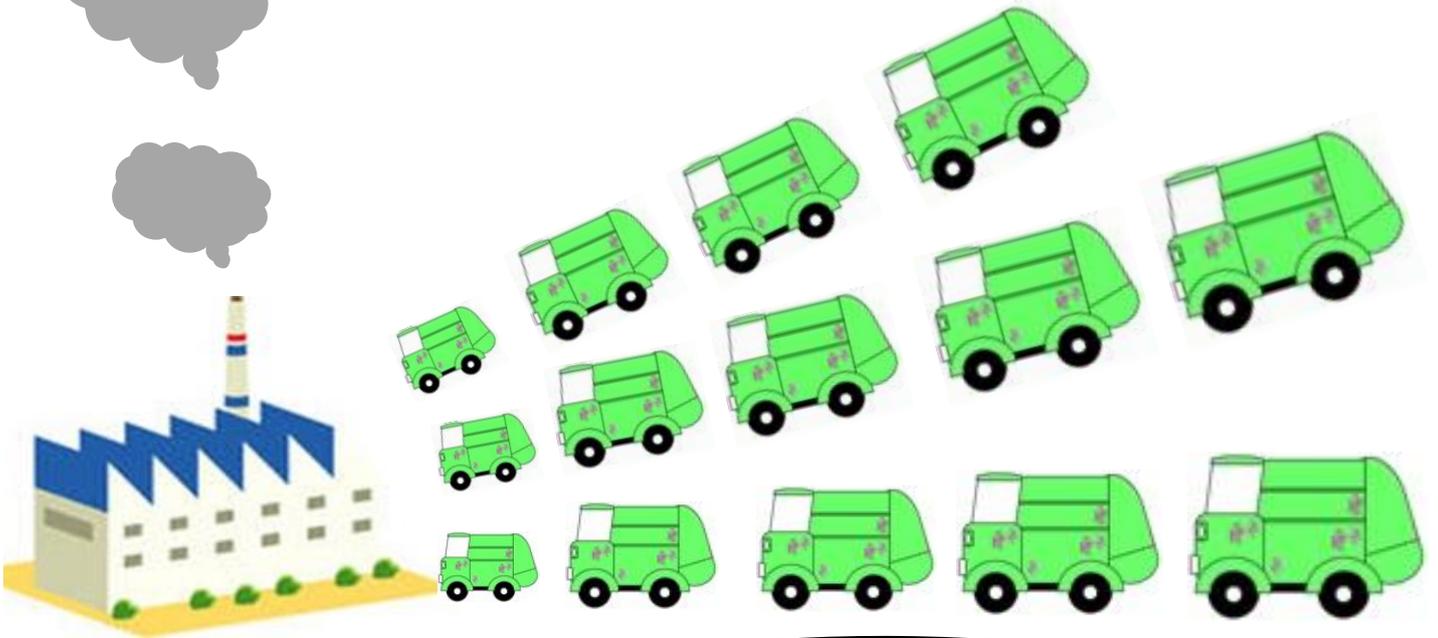
「食品ロス」の現状と発生量

	食品ロスとなっているもの	発生量
食品メーカー	定番カット食品や期限を超えた食品などの返品	約330万トン
	製造過程で発生する印刷ミスなどの規格外品	
小売店	新商品販売や規格変更に合わせて店頭から撤去された食品	
	期限を超えたなどで販売できなくなった在庫など	
レストランなどの飲食店	客が食べ残した料理	
	客に提供できなかった仕込み済みの食材など	
家庭	調理の際に食べられる部分を捨てている	約302万トン
	食べ残し	
	冷蔵庫などに入れたまま期限を超えた食品など	
	合計	約632万トン

食品ロス・その発生源は？

食品ロスは地球の温暖化を加速させるなど、多くの問題を引き起こします。

日本の「食品ロス」は、世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食料援助量を大きく上回る量となっているだけでなく、捨てるものが増えたり、必要以上の食品を作ったりすることで、余分な二酸化炭素を発生させ、地球温暖化を引き起こす原因の一つとなっています。「私たちにできること」として、食べ物をもっと無駄なく、大切に消費していくことが求められます。

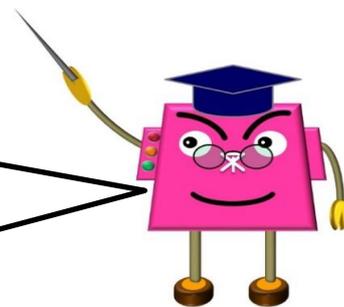


「食品ロス」って、「もったいない」だけでなく、ごみが増え、食料・食品の過剰生産につながるのか。
このまま、続けば地球はどうなっちゃうの？
私たちにできることって、なんだろう???

地球温暖化
がますます、
進みます！



じゃあ、ここからは私が、「食品ロス」削減のひと工夫を紹介します。
題して、「誰でも簡単、即実践！」



まずは、「賞味期限」と「消費期限」って、よく耳にしますが、違いをご存知でしょうか？
お店で購入した食品には、安全においしく食べられる期間があり、袋や容器に「消費期限」か「賞味期限」のどちらかが表示されています。意味は少しちがいますが、食品を安全に、おいしく食べられる期限を表しています。

賞味期限と消費期限のポイント		
	賞味期限	消費期限
意味	おいしく食べることができる期限（おいしさの保証期限）	期限を過ぎたら、食べない方がよい期限（安全性の保証期限）
表示	3ヶ月を超えるものは年月で表示し、3か月以内のものは年月日で表示。	年月日で表示
対象の食品	劣化が比較的遅い食品 〔例〕スナック菓子、レトルト食品、カップめん、缶詰、ジュース、バター等	劣化が早い食品（概ね5日以内に悪くなるもの） 〔例〕弁当、総菜類、調理パン、生めん等

「消費期限」は品質の劣化が早い食品に表示されている「食べても安全な期限」のため、それを超えたものは食べないほうが安全です。

「賞味期限」は、品質の劣化が比較的遅い食品に表示されている「おいしく食べられる期限」であり、それを超えてもすぐに食べられなくなるわけではありません。賞味期限を超えた食品については、見た目や臭いなどで個別に判断しましょう。

消費期限や賞味期限は、表示されている保存の方法で保存した場合の、開封前の期限です。一度開封したら、期限にかかわらず早めに食べましょう。

**正しく理解して、ムダをなくすことで、
食品ロスを大幅削減！**

次に、「30・10（さんまるいちまる）運動」を紹介します。

「30・10（さんまるいちまる）運動」とは、会食や宴会の時の、「最初の30分間と最後の10分間はお料理を楽しむことで食べ残しを減らしましょう」という運動です。

レストランや飲食店における食べ残しも、家庭と同様に、大量に廃棄されています。

そこで、会食・宴会においては、

- ①注文するときは、食べられる量を注文しましょう。
また、食べられないものは、先に伝えておきましょう。
- ②乾杯後30分間は、席に着いて、お料理を楽しみましょう。
- ③お開きの10分前は席に戻り、お料理を残さずに食べましょう。

**楽しいひと時に「食べきり」のエッセンスを加えて、
食品ロスを大幅削減！**

