



★環境かわら版編集部★

NISO 事務局(生活環境課内)

連絡先:22-7001 内 2555、2556

s-kankyo@city.nobeoka.miyazaki.jp

◎今号のめあて◎

食品ロスを減らしましょう。



食品ロスを減らしましょう

日本では、食べられるのに捨てられる食品「食品ロス」の量が年間 522 万トン(令和2年度)と推計されており、日本の人一人当たり毎日おにぎり1個(113g)を捨てている計算になります。大量の食品ロスが発生することにより、ゴミ処理に係る CO2 排出や焼却後の灰の埋め立て等による環境負荷が問題になっています。また、多くの食品ロスを発生させている一方で、7人に1人の子供が貧困で食事に困っている現状があります。私たち一人ひとりが食べ物をもっと無駄なく大切に消費していく必要があります。

○ 私たちにできること

<お買い物編>

- ・買い物前に冷蔵庫や食品庫にある食材をチェックする。
- ・まとめ買いを避け、必要な分だけ買う。
- ・利用予定と照らして期限表示を確認する。すぐ使う食品は手前から取る。

<家庭編>

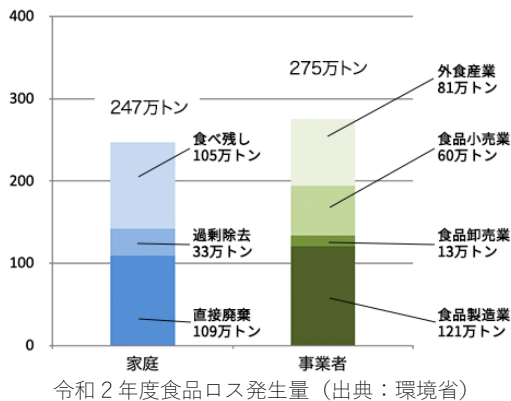
- ・食品に記載された保存方法に従って適切に保存する。
- ・残っている食材から使うなど、食材を上手に使い切る。
- ・食べ切れる量を作る。作りすぎた料理はリメイクレシピなどで工夫する。

<外食編>

- ・小盛メニューやハーフサイズを注文するなど食べ切れるだけ注文する
- ・どうしても食べ残してしまった料理は持ち帰れるかお店に相談する。

<宴会編>

- ・料理を楽しむ味わいタイムや、食べ切りタイムを設ける。



◆環境トピックス◆【CNN 他】

世界の野生生物、1970 年以来 69%減少



世界自然保護基金は、「世界の野生生物は 1970~2018 年にかけて、平均で 69%減少した」と発表した。「地域別にみると、南米とカリブ海が減少率 94%と最も大きく、アマゾンの熱帯雨林は機能不全に陥る寸前まで追い込まれている」と警告。これらは、気候変動など人間の活動を原因とするものだ。

国連は、「世界の野生生物 5 万種が食料やエネルギー源として消費されている。野生生物にとって人間活動は最大の脅威だ」と警告。野生生物の減少は、人類が自分で自分の首を絞めるに等しい。生活を見直し改めなければ、私たちに未来はない。

食品ロス削減に貢献！手軽においしく作れるレシピ

【ブロッコリーの茎を余らせない！

やみつきポリポリめんつゆごま油漬け】



～材料～

- ブロッコリーの茎 1本
- めんつゆ 2倍濃縮 1/2 カップ
- ごま油 大さじ1
- 酢 大さじ1

～作り方～

1. ブロッコリーの茎を切り、外側の硬い部分を包丁で切り落とす。
2. 薄い短冊形に切る。
3. 器に入れ、めんつゆをひたひたになるまで入れ、ごま油と酢を入れて出来上がり。

レシピ：環境省 COOL CHOICE より

環境省 HP「COOL CHOICE」には、このレシピ以外にも、手軽にできて食品ロス対策にもなる若菜まりえさん(時短料理研究家、料理ブロガー)のレシピが掲載されていますので、ぜひご覧ください。