# 環境かわら版



第51号

令和7年3月発行

★環境かわら版編集部★ NISO 事務局(生活環境課内)

連絡先:22-7001

s-Kankyo@city.nobeoka.miyazaki.jp

家庭での

# 「食品ロス」を減らすために

3ないルール。





家庭からの食品ロスの要因は、料理を作りすぎたりして残る「食べ残し」、野菜の皮や 茎など食べられるところまで切って捨ててしまう「過剰除去」、未開封のまま食べずに 捨ててしまう「直接廃棄」です。

みんなで、食材を無駄なく使って、おいしく食べきろう!

- ◆ 買い物時のポイント
  - ① 買い物前に、冷蔵庫や食品庫にある食材をチェックする ☑ メモ書きや携帯・スマホで撮影し、買い物時の参考にしよう



- ② 使う分、食べられる量だけ買う
  - ♥ まとめ買いを避け、必要な分だけ買って、食べきる
- ③ 期限表示を知って、賢く買う
  - ☑ 利用予定と照らして、期限表示を確認しよう すぐに使う予定の食材は、お店の食品棚の手前からとるようにしよう



- ◆ 家庭での調理や保存のポイント
  - ① 食材を適切に保存する
    - ☑ 食品に記載された保存方法に従って保存する
    - 野菜は、冷凍・茹でるなど下処理して、ストック



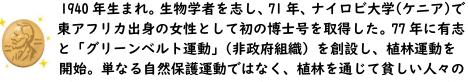
- ♥ 残っている食材から使う
- ☑ 作り過ぎてしまい残った料理は、リメイクレシピ等で工夫しよう
- ③ 食べきれる量を作る



#### ◎今号のめあて◎

#### 3ないルールで食品ロスを減らしましょう

### もったいない を広めたワンガリ・マータイさん



社会参加の意識を高め、女性の地位向上を含むケニア社会の民主化に結び付 けようとし、「植林はケニアの民主化のシンボルになった」と言われた。

2002年、得票率 98%の圧倒支持を得て国会議員に当選し、2003年に環境 副大臣に就任。2004年、ノーベル平和賞を受賞した。

2005年2月の京都議定書発効記念行事の際に来日し、日本の「もったい ない」という精神に感銘を受け、世界に「もったいない」を広めていきたい と発言された。その後、「もったいない」を世界共通の言葉として広めよう と講演会等さまざまな活動を行った。71 歳没。

## 「めざせ!食品ロス・ゼロ」川柳コンテスト

消費者庁は、食品ロス削減のための広報・啓発活動の一環として、昨年に引き 続き「川柳コンテスト」を実施し、令和6年度の受賞作品が決定しました。

フードロス 残していいのは 笑顔だけ・・・内閣府特命担当大臣賞 規格外 人も野菜も 味がある \*\*\* 消費者庁長官賞 おいしいね 年に一度の 保存食 … 消費者庁長官賞

審査委員當 … 皮ごとは ズボラじゃないの ロス削減



余りもの パズルのように 組み合わせ 規格外 食品にまで ルッキズム しょくじごの ごちそうさまの こえがすき



《注釈》 ルッキズムとは、外見だけで判断したり差別したりすること。

NISO(ニーソ)とは…延岡市独自の環境マネジメント システムです。事務局では、職員の皆さんに環境保全 に対する意識を高めてもらえるよう努めています。



