こちら 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

◎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

家庭での「食品ロス」を減らすために

3(さん)ないルール。

- 買いすぎないで！
- 作りすぎないで！
- もったいない

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

② 食材を上手に使いきる
- ☞ 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
- ☞ 体調や健康、家庭の予定も配慮して、作る量を調整する

もったいない を広めたワンガリ・マータイさん

1940年生まれ。生物学者を志し、71年、ナイロビ大学(ケニア)で東アフリカ出身の女性として初の博士号を取得した。77年に有志と「グリーンベルト運動」(非政府組織)を創設し、植林運動を開始。単なる自然保護運動ではなく、植林を通じて貧しい人々の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

審査委員賞　…　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

今日もまた　おにぎり一個　捨てる国

《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。