

10月は「食品ロス」
削減月間です!

食べ物を無駄にするのは、もったいない。
食品ロスを減らすために、一人ひとりが
出来ることから始めましょう!

おいしく 楽しく 食べきろう!!

～ 食品ロス削減のコツ～

お買い物
編

1 買い物前に冷蔵庫をチェック!

お買い物
編

2 使いきれぬ量を買おう!

保存編

3 冷蔵庫・冷凍庫を整理しよう!

調理の工夫
編

4 食べきれぬ分だけ作ろう!

調理の工夫
編

5 残った料理はリメイクしよう!



お問合せ先

江別市 生活環境部 環境室 廃棄物対策課
TEL 383-4211 FAX 382-7240
e-mail: seiso-haikibutsu@city.ebetsu.lg.jp

食材食べきり・
使い切りレシピ集



10月30日は… 食品ロス削減の日です!

食品ロスとは、「本来食べられるにもかかわらず捨てられる食品」です。

国内では、年間約600万トン※の食品ロスが発生していると推計されています。

日本では、食品ロスを減らすため、10月は「食品ロス削減月間」、10月30日は「30・10(さんまる・いちまる)運動」にちなんで「食品ロス削減の日」と定められました。

※ 平成30年度 農林水産省推計

今日から実践!! ^{さんまる・いちまる}30・10運動 ～ 宴会料理を食べきろう! ～

- 言** 適量注文を心がけましょう!
- 式** 最初の30分と終わりの10分は席を立たずに料理を楽しみましょう!
- 参** お店に確認して、可能なものは持ち帰りましょう!



ご存知ですか?

消費期限と賞味期限

消費期限

「安全に食べられる期限」のこと

期限が過ぎたら食べない方がよい



賞味期限

「おいしく食べられる期限」のこと

期限が過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではない



※ どちらも未開封で保存方法が守られている場合の期限です。開封したものは早めに食べきりましょう。

食品ロスの半分は家庭、もう半分はお店から!

食品ロスは、家庭と事業者の両方で減らしていくことが大切です。

スーパーやコンビニで買い物をするとき、ついつい商品を奥から取って買っていませんか?

小売店では、消費・賞味期限が近いものが手前にくるよう並べられる傾向があります。

できるだけ商品は前から取って、お店から捨てられる食品を減らしましょう。

江別市では… 家庭の可燃ごみの58%が生ごみ!

令和元年度の調査では、家庭の燃やせるごみのうち、約58%が生ごみでした。

サンプルを採取して調査しているため、偏りはありますが、過去3年の調査で、いずれも燃やせるごみの約半分を生ごみが占めている状況です。

生ごみは約80%が水分と言われており、ごみ処理施設への負担が大きいごみです。

ごみ袋に入れる前に「水切り」と「乾燥化」のひと手間を加えて、水分を減らしましょう。

家庭から出る燃やせるごみの内訳(重量比)

