

2019 1/31 木まで

300名に
500円分
当たる!

～食品ロス削減キャンペーン～ 食品ロス削減に取り組んで プリペイドカードを ゲットしよう!



『食品ロス』ってなに?

「食品ロス」とはまだ食べられるにもかかわらず捨てられてしまう食品のことです。日本では年間646万トンもの食品ロスが発生しており、そのうち289万トン(45%)が家庭から出ています(平成27年度推計)。家庭における食品ロスには、過剰除去、食べ残し、賞味期限切れ等による廃棄があります。食品ロス(646万トン)から、日本人一人あたりの食品ロス量を試算するとお茶碗約一杯分(139g)の食品が毎日捨てられている計算となります。

食品ロス削減にみんなで取り組もう!

- まず、チラシ中面右下の三角柱POPを切り取り、チラシ中面左の「食品ロスの減らし方」を参考に、「我が家の取組宣言!」に取組内容を記載した上で、組み立てて食卓などに置きましょう。
例)食材を買い過ぎない。食材はなるべく使い切る。定期的に冷蔵庫の整理をして、消費期限切れの食品が出ないようにする。普段は野菜を残してしまうけれどなるべく食べる...等
- ご家庭で食品ロス(まだ食べられるのにもかかわらず捨てられる食品)の削減に取り組んで下さい。
- 取り組んだ結果、「捨てられる食品の量が1日でこのくらい減ったのでは?」と思われる食品のおおよその量を右の表に記録してください。
(参考)レタス(1枚)約30g、ベーコン(1枚)約20g、にんじん(1本)約150g
- 我が家の取組宣言や食品ロス削減量等を、はがき、応募フォーム(下記参照)でご報告ください。
ご協力いただいた方のうち、抽選で300名様に500円分のプリペイドカードを進呈します。

食品ロス削減量記録表

朝	g
昼	g
夜	g

応募について

応募資格 愛知県内在住・在勤の方
応募期限 2019年1月31日(木)まで

応募方法 応募専用はがき、応募フォーム

右のQRコードから応募フォームに必要事項をご入力ください



当選人数 抽選にて300名
賞品の発送をもって当選のお知らせとします。

主催者 愛知県環境部資源循環推進課
お問合せ先 愛知県食品ロス削減事務局 株式会社フルハシ環境総合研究所 担当 恒川、城山
TEL.052-324-5351(土日祝日を除く8:30~17:30)



郵便はがき

4608790

201

料金受取人払郵便

名古屋中局
承認
7109

差出有効期間平 愛知県名古屋市中区金山1-14-18
成31年1月31日 A-PLACE金山6階
まで
(切手不要) 株式会社フルハシ環境総合研究所 行



ご住所 〒	—
フリガナ	年齢
お名前	才
家族構成	1人、2人、3人、4人、それ以上()人

SAVE FOOD
PARTICIPATION
NO.01

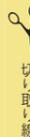
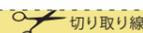
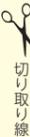
お問合せ先

愛知県食品ロス削減事務局
株式会社フルハシ環境総合研究所
TEL:052-324-5351 担当:恒川、城山
土日祝日を除く8:30~17:30

はがきによる 応募方法

応募専用はがきに必要事項をご記入の上、ご応募ください。
ご記入いただきました個人情報は賞品の発送以外には使用しません。また、ご記入いただきました取組内容等は公表することがございます。

2019年1月31日消印有効



三角柱POPを作って
食卓に飾ろう!
SAVE FOOD
学んで減らそう
食品ロス



主 催 者 愛知県環境部資源循環推進課
お問合せ先 愛知県食品ロス削減事務局 株式会社フルハシ環境総合研究所 担当 恒川、城山
TEL.052-324-5351(土日祝日を除く8:30~17:30)





食品ロスの減らし方

1 食材を買い過ぎないようにしよう

値段が安いからと言って大量に買い過ぎたり、在庫があることを忘れて同じものを買ったりして、結局使い切ることができずに食材を腐らせてしまうことはありませんか？

「買い過ぎない」「冷蔵庫の在庫を確認する」「痛みやすい食材を買うときは計画的に」を実行しましょう。



2 「賞味期限切れ」はまだ食べられるかチェック

「消費期限」と「賞味期限」は、いずれも開封していない状態で、表示されている保存方法で、保存した場合の期限が表示されています。

「消費期限」は食べても安全な期限なので、期限を越えたものは食べないようにして下さい。

一方、「賞味期限」は美味しく食べることができる期限です。そのため、期限を越えたとしてもすぐ食べられなくなるわけではありません。

賞味期限内に使い切れなかった食品は、すぐ捨てずに、見た目や匂いなどで個別に判断しましょう。

3 食材はなるべく使い切ろう

料理をしていたら、食材が中途半端に残ってしまったことはありませんか？

そのような食材は別の料理に活用して、食べ切る工夫をしてみましょう。



4 過剰除去を減らそう

「過剰除去」は厚めに皮をむいてしまったり、肉の脂身を捨ててしまったりするなど、調理の段階で本来食べられるはずのところを減らしてしまうことを言います。

例えば野菜の皮をむく時はなるべく薄くむく、芯を取る時はなるべく芯の部分だけを取るなど、工夫をしましょう。

5 食べ切れる量だけ調理・注文しよう

料理を作りすぎてしまったり、レストランで頼んだ食事の量が思ったより多かったりして残ってしまった経験はありませんか？

家庭で食べ切れずに残ってしまった場合は冷蔵庫や冷凍庫に保存し、早めに食べましょう。

また、外食などの場では小盛りメニューの注文など、食べ切れる量を意識しましょう。

6 その他の取組例

さんまるいちまる 3010運動

宴会時の食べ残しを減らすための運動です。

「乾杯後30分は席を立たずに料理を楽しみましょう」「お開き10分前になったら自分の席に戻って再度料理を楽しみましょう」と呼びかけて食品ロスを減らしましょう。

フードドライブ

家庭で余った食品を学校や職場、イベント会場等に持ち寄り、まとめて地域の福祉団体やフードバンク[※]へ寄付する活動です。

なお、この「ドライブ」は運転ではなく「(寄付)運動」という意味です。

[※]フードバンク 寄付されたまだ食べられる食品を福祉団体や個人へ提供する活動、またこの活動を行う団体のこと

この度は食品ロス削減キャンペーンにご協力いただきありがとうございます。以下のご説明にご回答ください。

1 今回三角柱POPに記入した、食品ロス削減のために取り組んだ内容は何ですか？以下の番号から選択してください。(複数回答可)

1・2・3・4・5・6

※選択番号は、はがき下部をご参照ください。

6の場合

2 上記取組でどれくらい食品ロス量が減りましたか？

1日当たり家庭全体で 約 _____g

3 普段から食品ロス削減のために取り組んでいることがあれば、ご記入ください。以下の番号から選択してください。(複数回答可)

1・2・3・4・5・6

※選択番号は、はがき下部をご参照ください。

6の場合

4 その他、食品ロス削減のアイデアがあればご記入ください。

選択番号
1. 食材を買い過ぎない
2. 「賞味期限切れ」はまだ食べられるかチェック
3. 食材はなるべく使い切る
4. 過剰除去を減らす
5. 食べ切れる量だけ調理・注文する
6. その他(その他の場合は自由記載欄をお願いします。)

ご協力ありがとうございました。

三角柱POPの作り方

1. 切り取り線にそって切る
2. 山折り線に沿って折る
3. 「のりしろ」にのりを塗って三角柱を組み立てる
4. 食卓に飾って、食品ロスの削減を意識しよう!



話し合おう! 食品ロス

ア 『食品ロス』って?

まだ食べられるにもかかわらず捨てられてしまう食品のことだよ。



イ 日本の食品ロスってどれくらいの量なの?

年間646万トンだよ。みんなが毎日お茶碗約一杯分のご飯を捨てていることになるんだ!



愛知県

考えよう! 食品ロス

ウ 日本の食品ロスの量ってそんなに多いの?

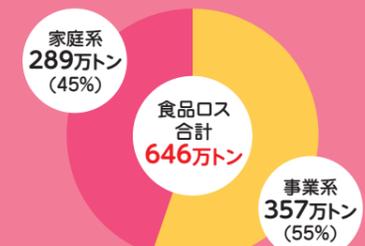
お腹がすいている人たちのための食糧支援の量より、ずっと多くの食品を捨てているんだよ。



世界の食糧支援量 日本の食品ロス量

エ 食品ロスってレストランの食べ残しやコンビニの売れ残りの廃棄だけじゃないの?

実はみんなの家から出てる食品ロスが、半分近くにもなるんだ。



減らそう! 食品ロス

オ 家で取り組むものに✓を入れよう!

1. 食材を買い過ぎない
2. 「賞味期限切れ」はまだ食べられるかチェック
3. 食材はなるべく使い切る
4. 過剰除去を減らす
5. 食べ切れる量だけ調理・注文する

我が家の取組宣言!