

食品ロスを減らそう!



10月 は食品ロス削減月間です。みなさんは「食品ロス」という言葉を知っていますか？まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことです。この食品ロスの多さが日本でも世界でも問題になっています。なぜ食品ロスが出てしまうのか、食品ロスを減らすために給食やおうちでできることは何か、一緒に考えてみましょう。

知ってる？ 食品ロスの量

世界で作られている食べ物の1/3が捨てられています。日本でもまだ食べられる食べ物が**523万トン**(令和3年度)も捨てられています。日本で捨てられている食べ物のうちの**半分が家庭から出るもの**です。自分の手に届くまでに、生産から消費の間にどんなものが捨てられているのでしょうか？



1人あたり1日
お茶碗1杯分のご飯を
捨てていることになる。

生産



・形が悪く大きさがそろわない野菜や果物
・傷のついた魚

加工



・パッケージの破損や印字ミス
のあった食材
・移動時の箱のつぶれた食材
・形を整えるために切り落とされた食材

流通



・食べ放題などの残り
・仕込みすぎた食材
・賞味期限が近い食材

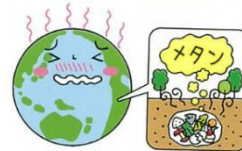
消費



・買いすぎによる賞味期限
切れ
・調理時の皮のおきすぎ
・食べ残し

どうして食品ロスが問題なの？

日本の食糧自給率は**38%**と低く、多くの食材を輸入しています。それにもかかわらず大量の食材が捨てられています。食材そのものが無駄になるだけでなく、食材をつくったり運んだりするためのエネルギーや、ごみを処分するための余分なエネルギーを消費しているのです。



地球温暖化がすすむ



食料、土地、水、エネルギーが
無駄になっている

ごみ処理にお金がかかる
(ごみ処理に年間2兆円使われている)

亀岡の給食で1年間に捨てられた残飯の量

おおよそ
14.597トン(令和4年度 18校の合計)
ひとり1日あたりに計算すると
15.8g(ミニトマト1個分)



自分にとっては「ほんの少し残した給食」が全校集まるとたくさんの量になってしまいます。毎日の給食であと一口だけでもがんばって食べてみましょう。

私たちにできることはなんだろう？ できそうなものにチェックしてみよう！

- 自分に合った量を知り、食べ残しをしない
- 苦手な物も一口でも食べてみる
- 食べる時間を十分にとる
- 外食では自分の食べられる量だけ注文する
- 買いすぎや作りすぎに注意する
- 地域で生産された食材を選ぶ
- 世界の食糧問題に目を向ける

