

食品ロスを減らすために

食品ロスの現状

「食品ロス」とは、本来、食べられるのに捨てられてしまう食品です。日本は食料自給率が低く、カロリーベースで約6割を輸入に頼っているが、食品ロスの量は年間600万トンにのぼります。そのうち約半分の276万トンが家庭から出されています(*1)。捨てられた食品はごみ処理場で焼却され、二酸化炭素排出の原因となります。

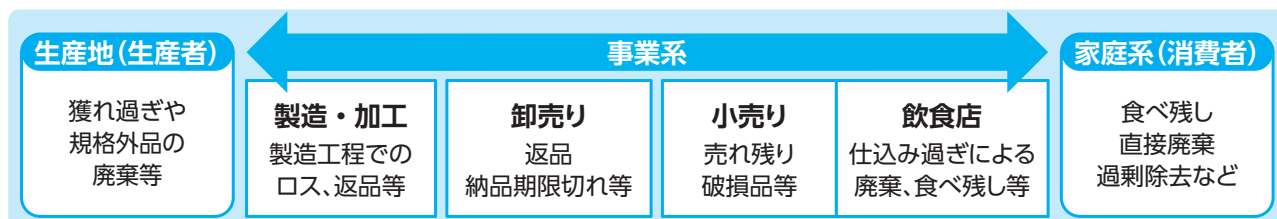
一方で、日本の子どもの7人に1人が貧困のため食事に困っており(*2)、世界に目を向ければ6.9億人ものが飢えや栄養不足で苦しんでいます。(*3)

私たちが身近なことから食品ロスの削減に取組めば、食材や食費の無駄が防げるだけでなく、ごみの減量により二酸化炭素排出も抑制されます。さらには、世界の食料不均衡の是正や地球温暖化防止に寄与することになるのです。

出所: (*1) (*4) 農林水産省「食品ロス及びリサイクルをめぐる情勢 令和3年版」(*2) 厚生労働省「2019年国民生活基礎調査」(*3) 国際連合食糧農業機関 (FAO) 2020年報告書



食品ロスの原因



食品が、生産者から、製造・加工業者や卸売業者、小売店や飲食店を経て消費者へ届くまでの一連の流れを、フードサプライチェーンといいます。「食品ロス」はフードサプライチェーンの全ての段階で、発生しています。家庭系では、「食べ残し」、期限切れなどの「直接廃棄」、野菜の皮のむき過ぎなどの「過剰除去」が主な原因です。生産地や事業系の食品ロスには、買い物時や飲食店での消費者の行動が影響しているものもあります。各段階で様々な取組が進められていますが、私たち消費者も、購入から食べる時まで、常に食品ロスを意識して行動するようにしましょう。

私たちにできること

それぞれの食生活を振り返って、できることを考えてみませんか?たとえば…

- ☆ 家の在庫を確認して必要な物を必要なだけ買う。
- ☆ 食品の期限表示を正しく理解する。消費期限は「過ぎたら食べない方がいい期限」。賞味期限は「おいしいめやす」、過ぎててもすぐに捨てないで。
- ☆ 購入した食品は適切に保存して、使い切る。

<使い切りのヒント> [大阪府 食品ロス削減レシピ](#) [検索](#)

- ・ しいたけの軸やブロッコリーの茎、大根の皮など、細かく刻んで調理。
- ・ あるもので済ませる日を。
- ・ 中途半端に残った野菜や調味料もフル活用!

- ☆ 外食する時は、食べきれぬ量を注文。どうしても残ったら持ち帰りをお店に相談。



あなたの家で使い切れない食品を、支援につなげることもできます。地域のフードバンク、フードドライブなどの活動を調べてみましょう!