



vol.1

もっと知ってほしい！

食品ロスのこと

売れ残りや食べ残し、賞味期限切れなど、本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことを「食品ロス」といいます。

食育 Quiz

日本の食品ロスのほとんどは「事業系食品ロス※」？

※事業活動を伴って発生する食品ロス

A ×

食品ロスは大きく2つに分類できます。料理の食べ残し、使わず捨てられてしまう食品など、各家庭から発生する

「**家庭系食品ロス**」と、小売店での売れ残りや返品、飲食店で発生する

食べ残しなど、事業活動を伴って発生する「**事業系食品ロス**」です。どちらの側面からも食品ロスの削減に努めて

いく必要がありますが、**全体の約50%**を占める「**家庭系食品ロス**」は、**毎日の生活の中で一人ひとりが意識して減らしていける食品ロス**でもあります。

家庭系
約236万トン



事業系
約236万トン

食品ロス量

約472万トン



出典：農林水産省「aff10月号」(令和5年10月)、数値は令和4年度推計値 全文はこちらから↑

日々の食生活で実践できる！

食品ロスを減らす3つのコツ



01

買いすぎない

家にある食品と照らし合わせて、また、予定を考えて、必要な分だけ買いましょう。



02

作りすぎない

体調や家族の予定などを考えて、作りすぎないようにしましょう。



03

食べ残さない

作った料理は、早めに、おいしく食べきりましょう。

出典：消費者庁「食品ロス削減ガイドブック」(令和5年度版) 全文はこちらから→

