

フードマイレージと食品ロスを理解する

本資料に活用した資料（①～④の該当ページを編集・加工しています。）

1	お米と環境	https://www.maff.go.jp/j/syouan/keikaku/soukatu/okome_majime/content/environment.html	お米と環境（PDF）
2	消費者としてできることをやってみる：ガイドブック	https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/pamphlet#guidebook	食品ロス削減ガイドブック（令和7年度版）（PDF）
3	食品ロスとは	https://www.maff.go.jp/j/shokusan/recycle/syoku_loss/161227_4.html#1	食品ロスとは
4	食品ロス削減に向けた取組について（消費者庁）	https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/efforts/	食品ロス削減関係参考資料（2026年6月30日）（PDF）

その他参考となる関連資料

1	ニッポン全国フードシフト中	https://nippon-food-shift.maff.go.jp/foodshift/	ニッポン全国フードシフト中。事例をご紹介します。
2	[食品ロス削減]食べもののムダをなくそうプロジェクト	https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/	[食品ロス削減]食べもののムダをなくそうプロジェクト
3	鮮度を守る特別な袋でSTOP！フードロス活動	https://nippon-food-shift-maff-gov.note.jp/n/n66f42a4ce7c7	フードロス問題の現状 もったいないを伝えよう！ もったいないを減らそう！
4	おいしく食品ロス削減「朝ごち！」	https://www.yomiuri.co.jp/adv/tekipa/nippon-food-shift/morning/sw-asagochi/	食べられるのに捨てられる、 毎日1億2400万杯分の“もったいない”
5	政府広報オンライン	https://www.gov-online.go.jp/article/201303/entry-7526.html	食品ロスを減らそう！今日からできる家庭での取組

フードマイレージは食品の輸送量と輸送距離から環境負荷を捉える指標で、日本は諸外国と比較して高い水準にあります。

フードマイレージの概要

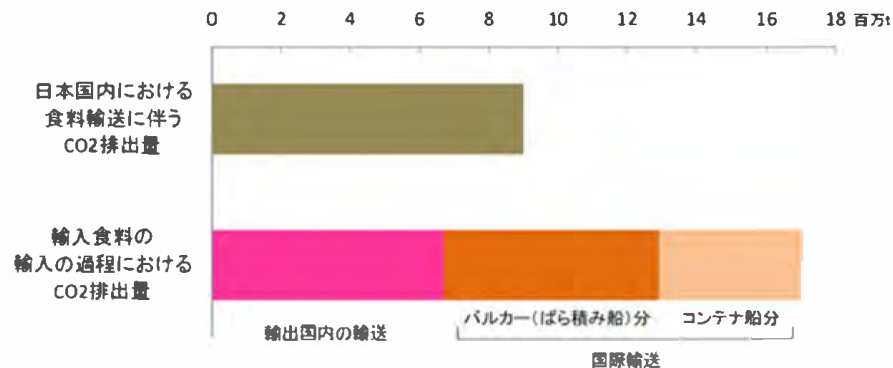
フードマイレージとは

- 生産国から消費する国に届くまでに費やされるエネルギー消費やCO₂排出量をできるだけ少なく抑えることが、持続可能な世界の実現につながるという考え方は、世界の共通認識となっています。
- 食料品の輸送におけるCO₂排出量を考えるうえで目安にできるフードマイレージという指標は、残念ながら日本は世界で群を抜いて高い状況です。
- 食料輸送のための燃料消費やCO₂排出量が世界一多いということは、地球環境に大きな負荷を与えてしまっていることを意味します。

各国におけるフードマイレージ

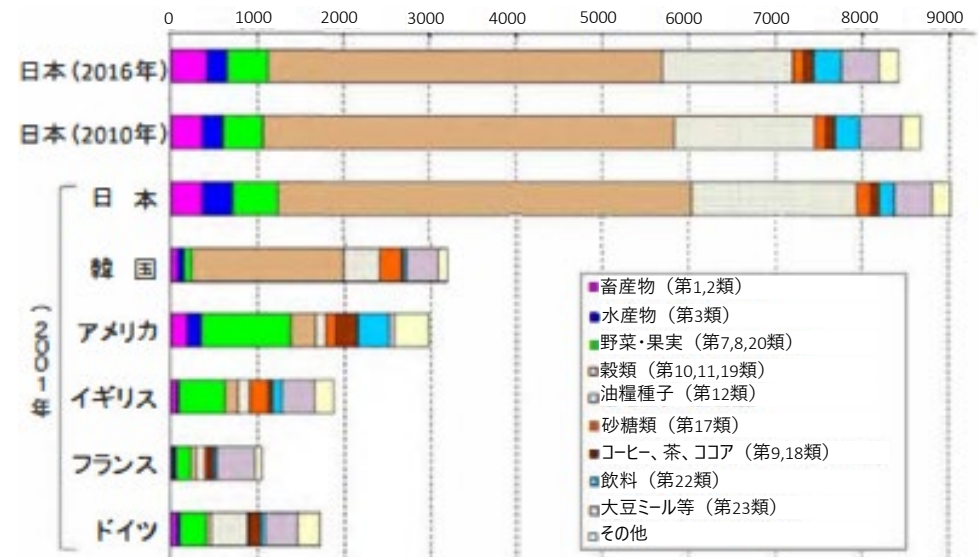
- 2001年の数値で日本と諸外国のフード・マイレージを比較すると、総量では韓国と米国は日本の約3~4割、イギリスおよびドイツは約2割、フランスは1割強となっています。
- また、人口1人当たりでは、韓国は日本に近い水準であります、イギリスは約5割、フランスおよびドイツは約3割、米国は1割となっています。

フードマイレージ = 食料の輸送量 × 輸送距離



フード・マイレージとは：輸入相手国別の食料の輸入量に、当該国から日本までの輸送距離を乗じ、その数値を累積することにより求められるもので、単位はt・km (トン・キロメートル) で表示される (出典：フード・マイレージ資料室)

各国におけるフードマイレージの比較 (総量・品目別)

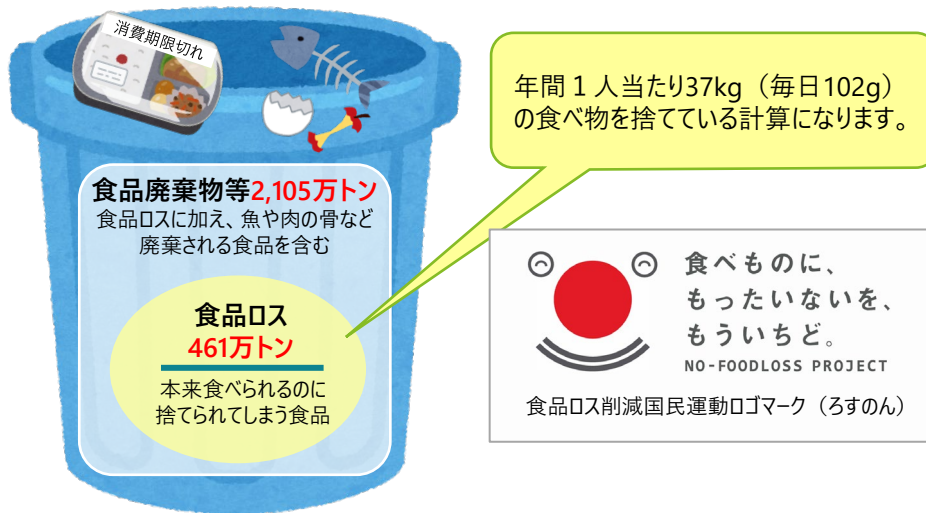


日本では多くの食品ロスが発生しており、その要因の多くは日常生活の中にあります。買い物時の計画や適切な保存、外食での食べ残し防止などを通じて、食品ロスの削減に取り組むことが大切です。

食品ロスの現状と主な要因

日本の食品ロスの現状

- 「食品ロス」は、本来食べられるのに捨てられる食品のことです。
- 日本の食品廃棄物等は年間2,105万トン、うち食品ロスは461万トン発生しています。（令和6年度推計値）
- 食品ロスの内訳は、事業系が237万トン、家庭系が224万トンとなっており、食品ロスの約半分が家庭から発生しています。
- 食品ロス量は年々減っていますが、国民一人一人が食品をより無駄なく大切に消費していく意識を持つことで、さらに大きな削減につながると考えられます。



食品廃棄物等、食品ロスの中には、飼料、肥料等に再生利用されているものを含む。

消費者庁HP：食品ロス削減関係参考資料（令和8年6月30日版）を参考に作成

食品ロスの主な要因

- 家庭での食品ロスの主な要因は、「食べ残し」「使いきれなかった食材」「賞味期限切れ」などです。
- これらは買い物時の計画・「てまえどり」、適切な保存、外食での食べ切れる量の注文、食べ残しの持ち帰りなど、日常のちょっとした行動によって減らすことができるのではないのでしょうか。

家庭で捨てられやすい食品



捨ててしまう理由



消費者庁HP：令和7年版「食品ロス削減ガイドブック」より