

今日からできる！食品ロス削減のポイント！

買い物でできること

必要以上のものを買わない

- ✓ 空腹時の買い物は避ける
- ✓ 買い物前に冷蔵庫を確認してから買い物に行く

手前のものから買う

- ✓ すぐ食べる・飲むものは、手前に置いてあるものから取る「てまえどり」

期限について正しく知る

- ✓ おいしく食べられる期限 → 賞味期限
- ✓ 安全に食べられる期限 → 消費期限



家でできること

置き場所を決める

- ✓ 場所を決めて置く

どこに
入れたかな…

食べきる努力をする

- ✓ 食べきれる量を作る・盛り付ける
- ✓ 買いすぎた、作りすぎたものは冷凍する

状態良く上手に保存する

- ✓ 買ってすぐ新鮮なうちに処理する
- ✓ 解凍して使いやすいように冷凍する

