



**食品ロスを
減らしましょう！**

我が国では、食べられるのに捨てられている食品が**年間約472万トン**（令和4年度推計値）。

国民一人当たりに換算すると、**毎日おにぎり1個に近い量（約103g）**の食べ物を捨てている計算になります。



農林水産省
東海農政局



すぐに食べるなら、
手前をえらぶ。

『てまえどり』

にご協力ください。



食品ロス
ゼロをめざして

みんなで目指そう、地球にやさしいお買い物。



農林水産省
東海農政局

**今日から実践！
家庭編食品ロス削減**

**必要な量だけ
購入して食べきる**

買物時

- ・事前に冷蔵庫内等をチェック
- ・食べられる分だけ購入
- ・すぐ食べるなら
「てまえどり」で購入



保存時

- ・最適な保存場所に
- ・ローリングストック
- ・野菜は冷凍・茹でるなどの下処理
をしてストックする



調理時

- ・残っている食材から使う
- ・食べきれる量を作る
- ・食材を上手に食べきる

農林水産省
東海農政局