

消費期限と賞味期限の違い



期限をすぎたら食べないほうがいいんです！

袋や容器を開けないままで、書かれた保存方法を守って保存していた場合に、この「年月日」まで「安全に食べられる期限」のこと。

～どんな食品～

▶ 弁当、サンドイッチ、惣菜など



おいしく食べることができる期限です！

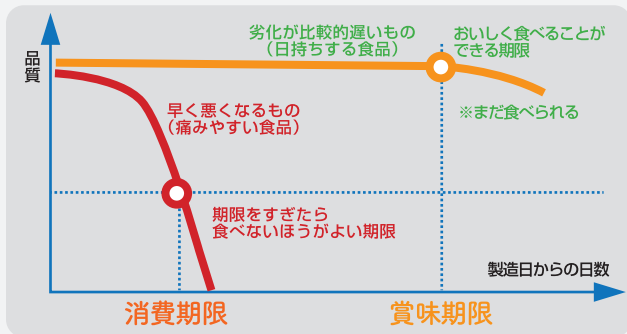
袋や容器を開けないままで、書かれた保存方法を守って保存していた場合に、この「年月日」まで「品質が変わらずにおいしく食べられる期限」のこと。

～どんな食品～

▶ スナック菓子、カップめん、缶詰など



違いを理解して、
もったいないを減らそう！



消費期限と賞味期限のイメージ 資料 農林水産省

一度開封した食品は、
表示されている期限にかかわらず、
早めに食べるようにしましょう



食品ロスを減らす効果

～ごみゼロの社会へ～

食品ロスを減らすことでごみ減量につながります。

貴重な資源の消費と抑制

食料生産には水や土地などの資源がたくさん必要です。食べ物を捨てることは資源を無駄遣いしていることとなります。

二酸化炭素排出量の減少

食品の運搬や焼却処分のための化石燃料を減らすことができ、地球温暖化の原因である二酸化炭素の排出量を減らせます。



思いやりの育み

食の先には人がいます。「育てる」「もらう」「いただきます」相手を思いやり、感謝する心を大切にしましょう。

食べる喜びを分かち合える世界へ

十分な食料が生産される世界で9人に1人が飢餓で苦しんでいます。食べ物を捨てることを見直しませんか？ 参考:WEP

問い合わせ

佐賀市 環境部 循環型社会推進課

TEL:0952-30-2430

FAX:0952-30-2494

e-mail:junkan@city.saga.lg.jp



毎月30日と10日は食べ物に感謝して

残さず食べよう！

みんなでやろう、
もったいないACTION！

さん まる いちまる

3010運動



3010 ACTION もったいないデー30・10

毎月30日と10日は「もったいない」を実践

3010 ACTION 買い物

買いすぎ防止で
お財布にもやさしい！

- ▶食品や食材の在庫をチェック
- ▶消費期限、賞味期限をチェック
- ▶手前に陳列されている商品を購入
- ▶ばら売り、量売りを購入
- ▶見切り(割引)商品を購入

3010 ACTION 料理

無駄なく作って
ごみも減る！

- ▶痛みやすい食材から早めに使い切る
- ▶食材は皮や芯も利用した料理にチャレンジ
- ▶おいしく食べきれぬ量を作る
- ▶余ったものをおいしくリメイク
- ▶食材に適した保管

3010 ACTION 食事

食に感謝して
残さずおいしく食べよう

- ▶“いただきます”の感謝の気持ち
- ▶“ごちそうさま”で笑顔の食卓

さん まる いち まる
お家で、お外で **3010運動**



食品ロスとは？

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに、捨てられる食べ物をいいます。日本では、年間約621万トンの食品ロスが発生し、日本の食品ロスだけで世界の食料援助量(約320万トン)の約2倍に相当します。

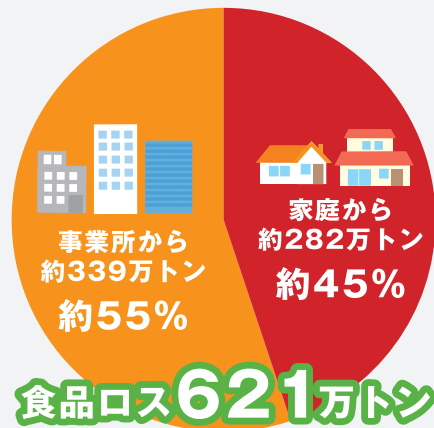


国民1人1日当たりで換算すると…

毎日お茶碗約1杯分のご飯を
捨てていることになります。

実は…

食品ロスの約半分は家庭から



WEP資料(平成26年度) 農林水産省「平成26年度推計値」

こんなに食品ロスが発生するのは
”もったいない”と思いませんか？



3R クッキング

工夫のポイント

いつものキッチンで
地球のために
できることがあるんだ。



1 旬の食べ物、地域の食べ物を選ぶ
▶生産エネルギーが少ない



2 野菜の捨てる部分を少なくする切り方
▶ごみが減る



3 火加減を調節し、ふたをして加熱する
▶消費エネルギーが少ない



4 洗剤・水を節約した食器の洗い方
▶排水がきれいになる



5 生ごみを出す前に、
ぎゅっ！とひとしぼり
▶生ごみの約80%は水分



6 どうしても出てしまう生ごみは
コンポストで堆肥化
▶生ごみ⇒堆肥⇒野菜・花など

レシピに困ったら…

これまで食べられないと思っていた野菜の皮や茎も、冷蔵庫に残った半端な野菜や余ってしまったお料理も、捨てる前に「クックパッド」の「消費者庁のキッチン」でレシピを検索！！

使い切り・食べきりレシピはこちら

