



みんなで減らそう食品ロス!!

「食品ロス」とは

まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことです。
日本では、年間の食品ロスが約472万トンとされています。
(農林水産省・令和4年度推計値)

このうち事業者系食品ロス、家庭系食品ロスともに約236万トンと
なっています。食品ロスを減らすためには事業者、一般家庭の双方で
取り組む必要があります。

472万トン



10月は食品ロス
削減月間だよ!

▶「食品ロス」を国民1人当たりで換算すると約103g。
これは毎日、おにぎり1個分(110g)に近い食べ物を捨て
ていることとなります。

103g



おにぎり1個分の
食べ物に相当!



食品ロスはなぜ問題なの?

▶世界の飢餓人口は 約8億2800万人

国連世界食糧計画(WFP)による、2021年の
食糧援助量は約440万トン。日本ではもっと多
くの食料が廃棄されています。食料の多くを輸入
に依存する日本にとって食品ロス問題は真摯に取
り組むべき課題です。

▶ゴミ処理事業経費は 約2.1兆円

家庭からの食品ロスは一般廃棄物として処理され
ます。焼却処分するための経費は、私たちの税金
で賄われています。

(参考資料・消費者庁
食品ロス削減ガイドブック)

国民一人当たり
17,000円/年



生ごみの含水率
約80%

焼却の際はたくさんのエネルギーを使い、かつ、
二酸化炭素(CO2)が発生することで環境問題
にも影響します。

できることから取り組みましょう

▶食品ロス削減は環境保全にもごみ処理の経費削減にもつながる

食品ロスの約半分は家庭から出ています。
一人ひとりが「もったいない」の気持ち
を持って行動することが大切です。



●外食の際は食べきれる量を注文しよう

食べられない物や量は事前に伝えましょう!!

●買い物するときは必要な分だけ買おう

買い物前に冷蔵庫の中をチェックする!!

●買った食材は使いきろう

できるだけゴミが出ないように
調理方法を工夫しましょう!!

余った料理はリメイクして使い切ろう!!



レシピはこちら


消費者庁 クックパッド

Q 検索



契約トラブルなど「こんなのアリ?」と思ったら消費生活センターにご相談ください。

【相談専用電話】 宮崎県消費生活センター 0985-25-0999
都 城 支 所 0986-24-0999
延 岡 支 所 0982-31-0999

【消費者ホットライン】  188 (お近くの相談窓口(市町村または県消費生活センター)にナビダイヤルでつながります。)

