

10月は
食品ロス削減月間！

食品ロス

みんなでやれば減らせるよ！

食品ロスとは、まだ食べられるのに廃棄される食品のことです。日本では、まだ食べられる食品が年間522万トン*も廃棄されています。これは、国民一人当たり一日約113g、つまりお茶碗一杯分を毎日捨てていることになります。

食品の大量廃棄は、環境にも家計にも大きな影響を及ぼします。食品ロスを減らす第一歩を踏み出してみませんか。*出典：環境省「我が国の食品ロスの発生量の推計値（令和2年度）」

四日市市の食品ロスの現状

市民一人当たり
毎日約**95g**廃棄

1年間のごみ処理量の
約**10%** (10,832t)
※令和元年度推計量

1年間の食品ロスの
ごみ処理費用
約**1億3,400万円**

なぜ食品ロスを減らす必要があるの？

①地球環境を守る

廃棄された食品は、生ごみとして清掃工場では焼却されます。本市の清掃工場である四日市市クリーンセンターは、効率的な焼却を行うことができる施設ですが、焼却にはたくさんのエネルギーが必要となるほか、多量の二酸化炭素が発生します。食品ロスを減らすことで焼却する生ごみが減り、二酸化炭素の発生量を減らすことができますので、地球温暖化を抑制することにつながります。

②食料自給率を上げる

日本の食料自給率は先進国の中でも低く、約63%の食べ物を海外からの輸入に頼っています。食品ロスをなくすことで、自国の食料

自給率が上がり、安定した食料確保にもつながります。

③世界の食料不足を改善する

食料が足りない国があることを知っていますか。今後、さらに世界で食料が不足していくといわれていますが、今も、10秒に1人が飢餓で命を落としています。あなたの取り組みが回り回って、誰かの命を救うかもしれません。

ちなみに

④家計にとっても優しい

1世帯あたり約40,000円の無駄を減らせる可能性があります。



食品ロスを減らすために

家庭内や外出時の、あなたのちょっとした行動が食品ロス削減につながります。

家庭編

買い物前



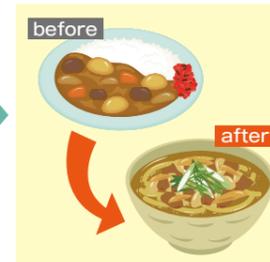
- 日頃から、消費期限・賞味期限の近いものを手前に配置
- 冷蔵庫の中を見て、残っている食品をチェック

買い物中



- 冷蔵庫に残っている食品を思い出して、必要なものを購入
- 価格が安いからといって買すぎない
- すぐに使うなら「手前どり」

調理時



- 食べ残しを防ぐため、食べ切れる量だけ調理
- 残ってしまったら、ほかの料理に活用

食事後



- 調理くずや食べ残などを水切り
- 生ごみ処理機などを使って減量してから可燃ごみへ

「手前どり」は、すぐに食べる場合に、商品棚の手前にある商品などを積極的に選ぶ行動です



四日市市
食品ロス削減
啓発キャラクター
「ゆりぞー」

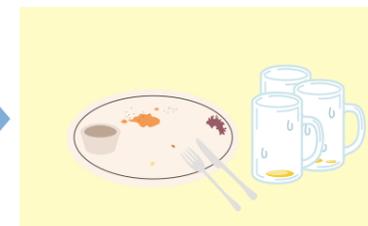
外食編

注文時



- あらかじめ料理の量を確認
- 食べ切れる量だけ注文
- 食べられないものがあれば注文前にお店に相談

食事中



- 宴会の時は乾杯後30分間と最後の10分は席を立たず食事を楽しむ

食べ残しを減らす取り組み、「**3010運動**」にご協力ください

退席時



- 残ってしまった場合はお店の人に持ち帰ることができるか確認
- 持ち帰ったらすぐに冷蔵庫へ

企業などでも食品ロス削減に取り組んでいます

企業や店舗などの事業所では、消費者の利便性などを考え、販売する食材を切らすわけにはいきません。そんな中でも、市内のたくさんの事業所が食品ロス削減に取り組んでいます。

食品リサイクルループ



食品リサイクルループで持続可能な社会に

ユニーでは、食品ロス削減月に啓発ポスターを店舗に掲示し、食品ロス削減を呼び掛けています。また売り上げ実績の変動に合わせた適正な数の発注や在庫管理に取り組んでいます。

日本で初めて取り組んだ食品リサイクルループでは、売れ残った商品や野菜くずなどを、地域

の再生事業者に持ち込んで肥料や飼料にしてもらい、地域の農家で使ってもらっています。その農畜産物が同じ地域の消費者へと渡るようにし、地産地消を促進しています。誰がいつどこで作ったのかなどがはっきりし、食の安全・安心にもつながっています。



ワンポイントアドバイス 消費期限 と 賞味期限 の違いって何？

消費期限

「安全に食べられる期限」のことです。弁当、サンドイッチ、総菜など、傷みやすい食品に表示されています。



賞味期限

「品質が変わらずにおいしく食べられる期限」のことです。スナック菓子、カップ麺、チーズ、缶詰、ペットボトル飲料など、傷みにくい食品に表示されています。期限を過ぎても、すぐに食べられなくなるわけではありません。



注意！ 各期限は未開封で、書かれた保存方法を守って保存していた場合の期限です。一度開けた食品は、期限に関係なく早めに食べるようにしましょう

みんなで少しずつできることを

三重促成では、野菜や果物を量販店や外食産業などに販売しています。農産物は、入荷量と消費者の購買したい量やタイミングがいつも一致するとは限らず、品物が余ることもあります。私たち企業にとって、食品ロス=廃棄コストになります。また、農家の皆さんが一生懸命育てた、まだ食べられる食材を廃棄することを悲しく思っています。

た。このことから、食品ロスの削減に向け、農家の皆さんや取引先などと協力して、出荷量の予測をもとに販売価格などを決定する機能を強化しています。

また、子ども食堂などへの食品提供にも積極的に取り組んでいます。



子ども食堂へ食品を配達する福村さん



提供された食材



必要な人へまだ食べられる食材を

以前、学童で働いていた時に、家庭の事情で満足に食事を取ることができない子どもたちと出会いました。一方で、ほんの少しの傷があるだけで商品にすることができない野菜や、商品になる前の試作品などで仕方なく捨てられているものがあると知り、これらの食材をできる限り必要なところへつなげていきたいと、子ども食堂「コミュニティハウス和っはっは」を始めました。いただいた食品のおかげで、皆さんに

安価でおいしいご飯を提供できています。

ここは、子どもだけでなくどんな人でも利用できます。子どもだけ、企業だけ、地域だけでなく、垣根なく広くつながることで、食品ロス削減に取り込むことはもちろん、困っている人の役に立っていきたくと考えています。



お弁当を受け取る利用者



この日のメニューはカレー



時 毎月第3金曜日 ① 11:30 ~ 13:30 ② 18:30 ~ 20:30 **所** 下海老町 4187-3
定 20人 **料** 子ども 100円 (大学生含む)、大人 400円 **申** 不要
問 ☎ 324-7070 ✉ minnade.syokudou@gmail.com

市内の小学4年生が食品ロスダイアリーに挑戦しています

**STOP
FOOD LOSS**

食品ロスダイアリーとは

家庭で出た食べ残しや使い切れなかった食材などを記録していく日記（ダイアリー）のことです。

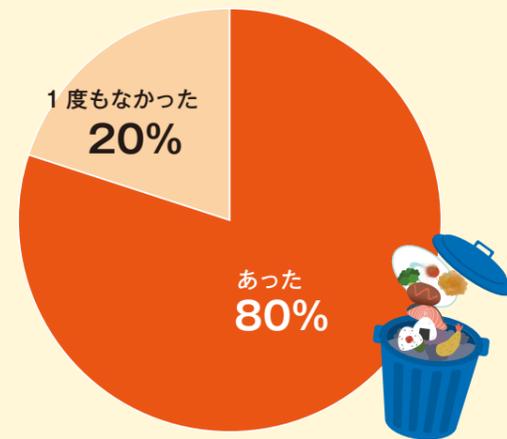
家庭での食品ロスを記録することで気付きを促し、SDGsの視点を持ってもらえるよう、四日市市クリーンセンターに社会見学で訪れる小学4年生に、食品ロスダイアリーに取り組むことを勧めています。



食品ロスダイアリー実践結果

食品ロスダイアリーを付けた7日間で
1度も食品ロスがなかった家庭は
たったの**約20%**

7日間で食品ロスが…



食品ロスの種類は？

- 1位 野菜（切れ端、調理済みのもの）
- 2位 パン
- 3位 ごはん
- 4位 肉、魚（使っていないもの、調理済みのもの）
- 5位 お菓子

食品ロスになっている理由は？

- 1位 傷んでしまった
- 2位 食べ切れなかった
(自分の食べ切れる量より多かった、お菓子を
食べ過ぎて夕飯を食べ切れなかった)
- 3位 買いすぎてしまった
(消費期限・賞味期限が切れた、棚の奥にあっ
て忘れていた、飽きた)

食品ロスダイアリーをやってみて、冷蔵庫に使い忘れた食べ物があることが分かりました。お母さんと買い物に行くと、私のおやつなどがまだあったかお母さんに聞かれることがあるので、私のおやつだけでなく他の食品のこともチェックするようにしています。

また、大皿で出るおかずは、好きな具材ばかり食べてしまい、苦手なものを残してしまうことがあるので、頑張って食べようと思いました。



富田小学校
高木桃杏さん

みんながチャレンジ 食品ロス ダイアリー

1週間の食品ロスダイアリーを記入して提出した人全員にクオカードと記念品を差し上げます。

- 対 市内在住の人（一世帯1回まで）
- 申 11月30日までに、郵送かEメール、または直接、〒510-8601 生活環境課（市役所5階）へ
- 他 食品ロスダイアリーは、市ホームページ（HP ID）1659339821515）から、または、同課で入手できます

他にも食品ロス削減を推進する事業を進めています

①次世代を担う子どもたちへ啓発

小学生に向けて、ごみの減量や食品ロス削減の大切さなどについて職員が講義をしています。



小学校での出前授業



四日市市クリーンセンターでの社会見学

②子ども食堂などへの食料寄付の推進

企業や市民などが、社会福祉協議会や子ども食堂などに食品を寄付しやすい仕組みづくりを進めています。

③「よっかいち食べきり推進店」募集

市内で食品ロスの削減に取り組んでいる事業者を「よっかいち食べきり推進店」として認定します。認定店には認定証を交付し、食べ切りを推進するグッズを配布します。

要件例

- 啓発のぼりの設置
- 食品ロス削減に関する店内における周知、啓発
- 宴会時の食べ切り運動(3010運動など)の呼び掛けの実施
- ばら売り、量り売り、少量販売などの実施
- 小盛メニューの提供
- 社員食堂など事業所内での食べ切りの呼び掛けの実施

上記要件のうち、食品ロス削減の一つでも取り組んでいれば対象です。飲食店や小売店だけでなく、その他事業者なども申請できます。

- 申 認定申請書を、郵送かファクス、Eメール（✉ seikatsukankyou@city.yokkaichi.mie.jp）で、または直接、〒510-8601 生活環境課（市役所5階）へ。または専用フォームから
- 他 申請書は、市ホームページ（HP ID）1656037658464）から、または同課で入手できます



よっかいち
食べきり推進店
申請フォーム



食品ロスが出てしまったら

④水切りの推奨

生ごみの約80%は水分といわれています。可燃ごみに出す前に水を切ると、ごみの量を大きく減らすことができます。

水切り器を
イベントなどで
配布しています

⑤生ごみ処理機購入費補助金

生ごみ処理機の購入にかかる費用の一部を補助しています。
・補助率 1/2（上限 15,000 円）
詳しくは、市ホームページ（HP ID）1001000001554）をご覧いただくか、生活環境課にお問い合わせください。



生活環境課
青山智哉

●この特集についてのお問い合わせ・ご意見は 生活環境課 ☎354-8192 FAX354-4412