

くらしのスキルアップセミナー 「食品ロスについて考える」を開催しました

1月23日（水）佐賀市メートプラザにて、佐賀市循環型社会推進課の羽立さんと末次さんに講師をお願いして「食品ロスについて考える」学習会を佐賀南エリア委員会と共催しました。

前半は佐賀市循環型社会推進課にお話をいただき、食品ロスの現状と食品業界での先進事例や市民での取り組みについて学びました。後半はグループで「家庭でできる食品ロス削減」について話し合いました。当日は会場いっぱいの48名の参加で皆さんの関心の高さがうかがえました。



食品ロスの原因は事業者が6割、家庭が4割で、佐賀市のごみ量は、家庭系は減っていますが、事業系が近年増加しています。外食での食べ残しやお店の廃棄食品が増えていることから、3010運動を呼びかけています。宴会での食べ残しを減らすため、最初の30分と終わりの10分は食事を食べきることを呼びかけています。

日本の食品ロスは646万トン。世界の食糧援助の2倍もの量が捨てられています。国民一人当たりでは茶碗1杯分の食事が毎日捨てられています。また食品ロス額11.1兆円は農業水産業の総生産額12.4兆円とほぼ近い額にもなっています。



司会の佐賀南エリア委員長の氏原さんが、「みなさんの家庭でできる食品ロスを減らす取り組みについて話し合しましょう」と呼びかけて、7つのグループに分かれて話し合いをしました。自分たちでできるいろいろなアイデアが出ました。（→次頁）

森林環境を守るレインフォレスト認証のコーヒーやチョコレートを食べながら、楽しく話し合いが進みました。消費者といっしょに市役所の職員も入って、有意義な意見交換もできました。

●食品ロス削減に向けてできることは？

12 つくる責任
つかう責任



食品ロス削減はSDGs
＝持続可能な開発目標
の一つ「つくる責任つかう
責任」に挙げられています。
2030年までに世界の
一人当たりの食品廃棄
物を半減をめざします。

■卸売、小売で

- ・需要予測精度向上
- ・配送時の汚損、破損削減
- ・売り切り
- ・小容量販売
- ・ばら売り
- ・余剰食品をフードバンクへ寄贈

■外食業で

- ・需要予測精度向上
- ・調理ロス削減
- ・食べきり運動
- ・小盛サービス
- ・持ち帰りOK(自己責任)

■製造業で

- ・需要予測精度向上
- ・製造ミス削減
- ・賞味期限の延長
- ・賞味年月日から、年月表示に切り替え
- ・納品期限3分の1ルールの見直し(賞味期限の3分の1を過ぎたら出荷できないのを、2分の1～3分の2まで緩和する)
- ・余剰食品をフードバンクへ寄贈

■家庭で

- ・冷蔵庫・家庭内の在庫管理
- ・計画的な買い物
- ・食べきり
- ・使い切り
- ・期限表示の正しい理解

●ワークショップ「家庭でできる食品ロス削減」実践アイデア例

■買い物

- ・特売の誘惑に負けない。必要なものだけ購入。
- ・コープの注文で計画的に。週末は冷蔵庫が空に。
- ・買い物前に在庫をチェック。メモをもって買い物。
- ・1週間の献立を作る。
- ・小さい容器のものを買う。
- ・新しい日付ばかりでなく、陳列の前から買う。
- ・見切り品の購入
- ・形の悪いものも買う。
- ・買い物しない日を作る。家にあるもので献立。
- ・空腹な時に買い物しない。

■料理

- ・缶詰、冷凍品を活用。
- ・魚のあらでスープ。
- ・少なめに作る。腹八分。
- ・料理は「味変」で飽きずに。薄味→濃い味
- ・野菜は使い切る。皮、芯は捨てない。最後は、鍋やチャーハン、きんぴらに。
- ・カレーは2日目ドリア、3日目はカレーうどんで食べきる。
- ・魚の骨でせんべい
- ・鍋を小さく。
- ・具だくさんの味噌汁。
- ・残り物を活用。クックパッドで調べてリユース。
- ・冷蔵庫のお掃除デーで、お好み焼き。

■その他の工夫

- ・余ったら近所におすそ分け。
- ・根のあるネギは使ったら育てる。
- ・野菜は新聞紙に包む。
- ・家庭菜園の収穫物は冷凍する。
- ・賞味期限を大きくしてほしい。
- ・段ボールコンポストの活用。
- ・余ったものはこっそり翌日の夫の皿に。
- ・コーヒーガラは乾燥して冷蔵庫の消臭剤。
- ・干し野菜、干し果物にチャレンジ。
- ・冷蔵庫をこまめに掃除。節電にもなる。

■保存

- ・野菜は下ゆでして冷凍
- ・その日に使わない肉は小分けして冷凍
- ・先入れ後出し。期限を確認し古いものは前。
- ・賞味期限が過ぎても1ヶ月ぐらいは食べられる。
- ・備蓄の品は期限を確認。
- ・残った煮汁は冷凍して、再利用。
- ・冷蔵庫の中の材料で食事を作る。
- ・夕食で残ったもので次の日の弁当。
- ・つけものにする。
- ・野菜を新鮮に保つ袋で保管。