

手つかず食品 チェック

お家の人と
いっしょに!

夏休み中に、食べたり使ったりせずに捨ててしまった食品があったら、下の表に日付と捨てた食品の種類に○をつけてください。最後に○の数を合計の所に書いてください。

日付	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	合計
捨ててしまった食品	ごはん											
	パン											
	野菜											
	くだもの											
	肉・魚類											
	おかし											
	飲み物											
冷とう食品												
その他												

一番多かった食品ロスの種類はなんでしたか？ また、その理由はなんですか？

みなさんへ 食品ロスダイアリーはいかがでしたか。このダイアリーについて、いくつか質問をします。

- お家の食品ロスはへりましたか？ (1つ選んで○をつけてね)
へった / へらなかった / かわらない
- これからも食品ロスダイアリーをつづけたいと思いますか？ (1つ選んで○をつけてね)
つづけたい / つづけたくない / わからない
- 食品ロスダイアリーをつけることで、どんなことに気がきましたか。

● 食品ロスをへらすために、お家でどんなことができますか？ したいですか？

おうちの方へ 食品ロスダイアリーにご協力いただきありがとうございました。取り組みを通じてご意見、ご感想がありましたらご記入ください。

きりとり線

食品ロス ダイアリー

みんなでもったいないゼロチャレンジ

いま、日本や世界の国々で食品ロスが問題になっています！

● 食品ロスってどんなもの？

食品ロスとは、本当なら食べられる食品なのに、ごみとして捨てられてしまった食品のことです。
みなさんは、食品の「もったいない」をしていませんか。

● もったいない食品ロスはどこで発生してる？

日本では食品ロスが年間523万トン出ています。
(これは、国民一人ひとりが毎日お茶わん1杯分のご飯を捨てている量と同じです。)
この半分はお家から出た食品ロスの量になります。

● 食品ロスをへらすためにできること

- ・残さず食べきる
- ・食材はむだなく使う
- ・生ごみは水切りをしてごみをへらす

● まずは7日間やってみよう！

食品ロスダイアリーは、行動することでお家から出る食品ロスをへらす効果があるといわれています。食品ロスをへらすために、お家の人といっしょに考えてやってみよう。なれてきたら、14日間がんばってみよう。



どんなものが捨てられている？
燃えるごみに入っていた食品ロス
きげん期限切れのあいていないおかし
いたんだ野菜やくだもの など



★お願い★
全て書き終わったら、きりとり線で切って
9月1日(金)までに担任の先生に出してね！

小学校 年 組
名前



2030年に向けた17の国際目標
「誰一人取り残さない持続可能な社会」の
実現を目指しています。



発行: 令和5年7月
福岡市環境局循環型社会推進部ごみ減量推進課



食品ロスについて



みんなに行動してもらいたい3つのチャレンジ!

チャレンジは、最大14日間。連続した日、別々の日でもいいです

チャレンジ① 食べまじり


朝・昼・夜、食事を残さず食べきれたらチャレンジ成功!

例えば...

- ✓ 好き嫌いせず全部食べる
- ✓ 残さず食べられる量を取り分ける

ほかにこんなところもチェック!

◎冷ぞう庫に料理が残っていないか確認する



食べまじりチャレンジ

チャレンジが成功したら日付を書いて「いいね」👍に色をぬろう

月日	月日	月日	月日	月日	月日	月日
👍	👍	👍	👍	👍	👍	👍
月日	月日	月日	月日	月日	月日	月日
👍	👍	👍	👍	👍	👍	👍

チャレンジ② 使いまじり


食材をむだなく使ったり、捨てた食品がひとつもなければチャレンジ成功!

例えば...

- ✓ 消費期限が切れる前に使ってしまう
- ✓ 冷ぞう庫や戸だなの奥にわすれられている食品がないか確認する
- ✓ 食べられるところまで捨てていないか確認する
- ✓ 家に残っているものを確認してから買い物に行く

ほかにこんなところもチェック!

◎冷とうしたり、新聞紙に包んだりして、食材を長持ちさせる



使いまじりチャレンジ

お家の人といっしょに!

チャレンジが成功したら日付を書いて「いいね」👍に色をぬろう


月日	月日	月日	月日	月日	月日	月日
👍	👍	👍	👍	👍	👍	👍
月日	月日	月日	月日	月日	月日	月日
👍	👍	👍	👍	👍	👍	👍

チャレンジ③ 水切り

生ごみを捨てる前に水切りすればチャレンジ成功!

生ごみの80パーセントは水分です。捨てる前に水切りするだけでごみをぐっとへらすことができます。

- ✓ 生ごみはギュッとしばってから捨てる



水切りチャレンジ

お家の人といっしょに!

チャレンジが成功したら日付を書いて「いいね」👍に色をぬろう

月日	月日	月日	月日	月日	月日	月日
👍	👍	👍	👍	👍	👍	👍
月日	月日	月日	月日	月日	月日	月日
👍	👍	👍	👍	👍	👍	👍

知っておこう! 消費期限と賞味期限のちがい

消費期限: 安全に食べられる期限 賞味期限: おいしく食べることができる期限

うら面の「手つかず食品チェック」も必ずやってみよう

