

きょうとのごちそう、
残さずいただきます。

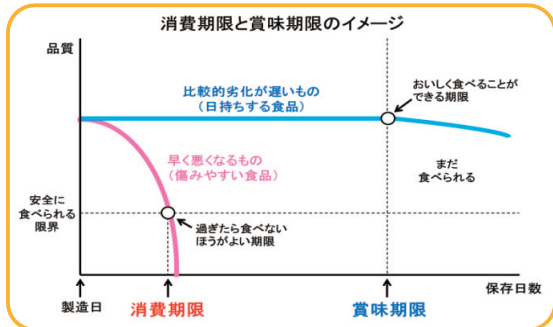


食品ロスを減らすために、できることから始めませんか

買い物・家庭で実践！

1 「消費期限」と「賞味期限」を正しく理解しよう

消費期限は「過ぎたら食べないほうがよい期限」、賞味期限は「おいしく食べることができる期限」です。賞味期限が過ぎてもすぐに捨てずに、自分で食べられるかどうか判断することが大切です。



2 買い物は必要な分だけ買おう

冷蔵庫などをチェックして、必要なものをメモをして出かけましょう。

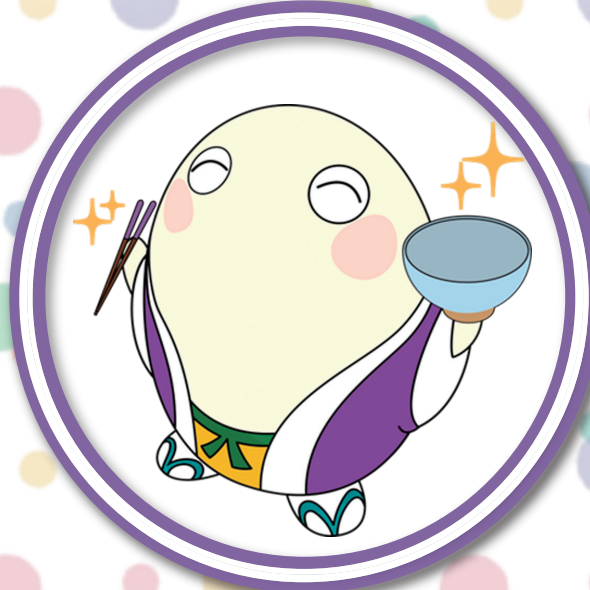
3 食材を上手に使い切ろう

旬の食材は皮ごと調理するなど、食材を丸ごと使い切るよう心掛けましょう。余った料理はほかの料理に作り替えるなど、献立や調理方法を工夫しましょう。



京都府

きょうとのごちそう、
残さずいただきます。



食品ロスを減らすために、できることから始めませんか

「食品ロス」って？

まだ食べられるのに廃棄される食品を「食品ロス」といい、日本では年間約621万トンも発生しており、これは世界の食料援助量（年間約320万トン）の約2倍に匹敵します。また、日本人一人当たりで計算すると、毎日お茶碗約1杯分（約134g）の食べ物が毎日捨てられていることとなります。



家庭からも
半数近く発生！

家庭系 45%
事業系 55%

「食品ロスの削減に向けて～食べものにもったいないを、もういちど～（平成29年5月）」
「農林水産省」をもとに京都府作成

食品ロスの区別発生状況

京都府

きょうとのごちそう、
残さずいただきます。



食品ロスを減らすために、できることから始めませんか

外食で実践！

1 食べきれる量のメニューを選ぼう
ハーフサイズ、少量コースなど、ちょうど良い料理の量をチョイスしましょう。

2 お店の人に食べられないものを事前に伝えよう
食べられないものを抜いてもらうようにお店の人にお願いしましょう。

飲食店での取組が広がっています

食品ロスを出さない工夫を実践している飲食店・宿泊施設を認定しています。



京都府HP

京都府
食べ残し
ゼロ 京
推進店舗

宴会では…

乾杯後30分間は
料理を楽しみましょう

サンマル・イチマル
30・10
運動



お開き前の10分間は
席に戻ってもう一度
料理を楽しみましょう

つくってくれた人への
感謝の気持ちも忘れずに

ごちそうさまでしたです。



©京都府 まゆまる 2958007

京都府