

食品ロスについて考えよう！



国では、10月を「食品ロス削減月間」、10月30日を「食品ロス削減の日」と定めています。

「食品ロス」とは、「まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のこと」です。カロリーベースで見た日本の食料自給率（令和6年度）は約38%と、多くの食品を海外からの輸入に頼っています。しかし、年間約461万トンもの食品ロスが発生しています。その内訳は、食品産業からの事業系食品ロスは約237万トン、家庭からの家庭系食品ロスは約224万トンと、食品ロスの半分が家庭から出される食品ロスとなっています。

家庭系食品ロスの内訳としては、

- 1 直接廃棄 96万トン（43%）… 未開封のまま捨てられたもの
- 2 食べ残し 93万トン（41%）… つくり過ぎや好みに合わないなど
- 3 過剰除去 35万トン（16%）… 野菜の皮を厚くむき過ぎる、食べられる部分まで捨てられたもの

この結果からみても、直接廃棄や食べ残しが多いことが分かります。食品ロスは、学校や家庭でも発生している身近な問題です。

直接廃棄を減らすためには>

直接廃棄は、好みに合わなかった、賞味期限・消費期限が切れてしまったなどの理由で未開封のまま捨てられる食品です。直接廃棄を減らすために、食品の期限表示をしっかりと確認しましょう。

賞味期限は、おいしく食べられる期限（おいしい目安）ですが、きちんと保管していれば、期限が多少過ぎても食べられるので、すぐには捨てず、早めに食べきりましょう。

消費期限は、過ぎたら食べない方がよい期限です。食品が無駄にならないように、期限内に食べきるようにしましょう。

<食品ロスを減らすことの意味>

食品ロスにより、おいしいごちそうがごみになってしまう。そして、そのごみを処理するのにもお金がかかる。ごみが多いと地域が汚れて、カラスや猫がごみを食い散らかし、衛生的にも良くない状況になっていきます。

食品ロスを減らすことは、ごみやごみを処理する費用を減らすことにつながる。ことから、地球環境を守り、限りある資源を大切にすることにつながります。まずは、身近なところから「もったいない」を減らしていきましょう。

<今すぐ実践できること>

食品を無駄にしないために、基本の4つのポイントを参考に実践してみましょう。

- 1 家庭にある食材をチェックして、「使い忘れない」
- 2 買い物の際には、「買い過ぎない」
- 3 調理の際には、「つくり過ぎない」
- 4 必要な分だけ盛り付け、「食べ残さない」



<給食時間にできること>

毎日の給食時間にもできることがあります。次の3つのことに取り組んでみましょう。

1 協力して準備をし、食べる時間を確保する。  食べているときも、時間を意識しましょう。	2 自分が食べきれる量に調整する。  体に必要な量を知ることも大切です。	3 食べ残しのないように、きれいに食べる。  「食器ピカピカ」を目指しましょう。
---	---	---

上の3つ以外にも、自分あるいはクラス全員で、ほかにどんなことができるか考えて、実践してみましょう！！