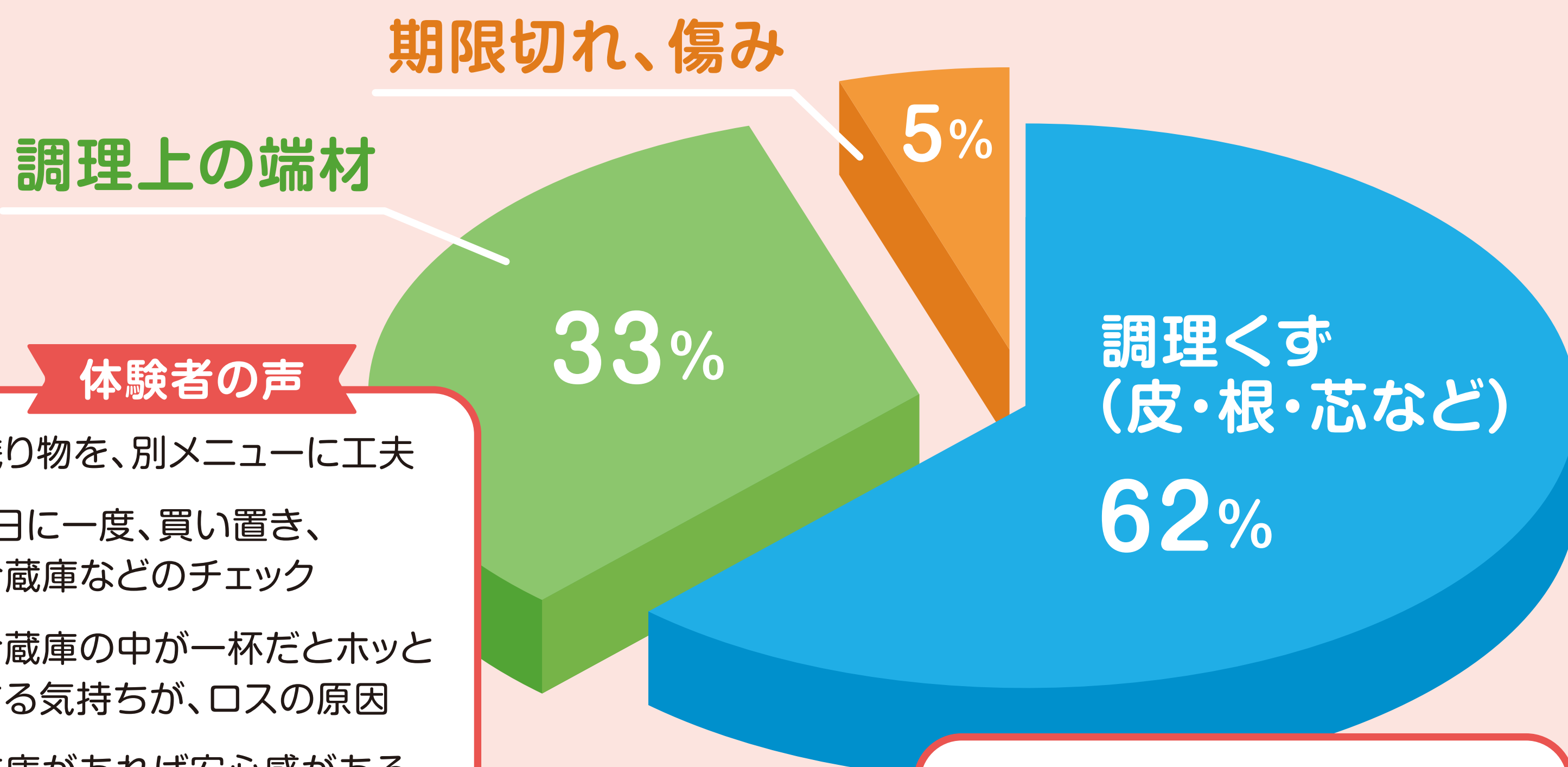


# 食品ロスの半分は家庭から

調理時の食品ロス一週間を調査しました

(朝・昼・夕の調理中の  
廃棄調査結果  
(平均家族数2人))

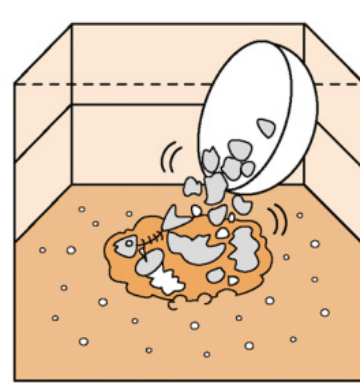


## 体験者の声

- ・残り物を、別メニューに工夫
- ・3日に一度、買い置き、冷蔵庫などのチェック
- ・冷蔵庫の中が一杯だとホッと  
する気持ちが、ロスの原因
- ・在庫があれば安心感がある
- ・作りすぎて、食べ切れない、  
それがロスになる
- ・冷蔵庫を整理したら、  
たくさんのロス食品が現れた



廃棄したものの多くは  
皮・根・芯でした。



食品ロスは、  
コンポストに入れ、  
堆肥に循環させる。



## 一食品ロスを減らす冷蔵庫収納術一

「見える化」が  
効果ばつぐん!

**定番品** 無くなれば、すぐ補充する食品  
(納豆・豆腐・ヨーグルトなど)

**臨時品** 定期的に購入しないその他の食料品  
(いただきもの・残り物)

ステップ1 冷蔵庫の食品を  
「定番品」と「臨時品」に分ける

ステップ2 定番品の定位置を決める  
取りやすく、しまいやすい引きだしに収納

ステップ3 棚ごとに期限を決める  
期限の長い食品は、手の届きにくい一番上の棚に  
早めに食べたいものは下の棚に

ステップ4 開封済み専用のケースを作る

ステップ5 ゆとりスペースを確保する  
臨時品はこのスペースに  
ここにある食品は優先して消費を心がける



[作成] 高松市消費者団体連絡協議会