

# 食品ロス削減のために「私たちができること！」



## 買うとき

調味料や食材は目先の金額の安さ(コストパフォーマンス)にとらわれず、**使い切れる量を目安に購入**しています。(各務原市 ぼぶろさん)

余分な物は買わない。出かける前に**リストを紙に書いて**もって行きます。(池田町 せいまさママさん)

お肉が安売りしていても「食べ切れなくて冷凍してある肉があったのでは?」といつも**自分に問いかけています**。(多治見市 MIDORIさん)

「安いから買う」「いつか使うかもしれない」の買い物をやめます。(岐阜市 はるるん♪さん)

**家計簿**のような物をつけていて、買った商品すべて書いています。買うときに書いたことを覚えていたり思い出したりするのでムダに買うことはあまり無いです。野菜など生ものは「2個くらい」と安くなくても使い切れなかったときは高くても単品を買います。(各務原市 姿羅双樹さん)

## 使うとき

食材は**使い切って調理**します。豆腐やもやし、しめじなど、封を開けてしまったら日持ちのしないものは**全て調理**します。作り置きにもなり無駄になりません。(岐阜市 によよさん)

**防災体験**という日をつくり、その日はすべて買い置きしていた缶詰等を食べます。防災用品の味見もできるのでいいです。(多治見市 ポウさん)

土曜日の夜は「**おうち居酒屋**」をします。和洋折衷、栄養バランス、彩り等を気にせず、冷蔵庫の中の食品をとにかく使い切ります。一度にテーブルに並べると「ん?」と思ってしまいますが、「今日は居酒屋」と宣言し、出来立て料理を次々とテーブルへ運ぶと、バランスが気になりません。子どもたちのテンションも上がります。(瑞穂市 まかりさん)

## しまうとき



少しでもロス無くすために、食品の保存・保管を**全て見える化**しています。食品の収納場所を指定して誰でも分かるようにしています。パントリー・冷蔵庫などそこへ行けば全てわかり、備蓄用の数を決めて賞味期限の順に使用します。おかげで、無駄買いが減りました。(輪之内町 たんぼぼさん)

安易に冷凍しないこと。何か月も前のお肉は冷凍焼けて美味しくありません。肉や魚はチルド室で保存し、**1週間以内に食べ**るようにしています。(岐阜市 なあちゃんさん)

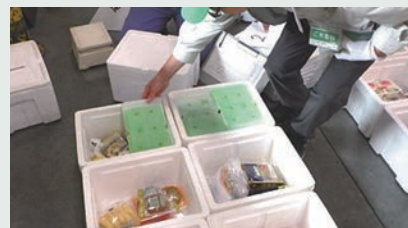
ある程度の期間ごとに、**冷蔵庫・冷凍庫を空にする**ようにしています。牛乳や卵等回転の早いもの以外で。(恵那市 夏草あおさん)

## 生協での取り組み

### 食品ロスをなくすために -フードバンクへの食品提供-

注文品を箱にセットしている小牧要冷セットセンターでは、組合員から注文を受けた数量に加え、予備品を一定数用意し、商品の不具合に備えています。予備品は毎日200品前後発生しています。コープぎふは2019年9月より「フードバンクぎふ」に協力し、これらの商品を、生活に困窮している人や食料を必要としている人への支援に活用しています。毎週水曜日、商品を仕分けて、事務所(大垣)から各エリアに分散して要望のある世帯に配付しています(その他の曜日はセカンドハーベスト名古屋に協力しています)。

新型コロナウイルスの影響で、今春よりフードバンクぎふには、収入が減った方などの問い合わせが増加しました。そのため日常的に支援をしている方に加え、緊急支援も行いました。支援を受ける方は、家族構成・年代も様々です。フードバンクには「いつもおいしく食べています」や「5人子どもがいて毎日の食費がかさんでいました。支援物資に助けられています」といった声が届けられています。



## 世界の食品ロスの状況

世界の食料廃棄量は年間約**13億トン**。

人が食べるために生産された食料のおおよそ3分の1を廃棄しています。

※出典:消費者庁ウェブサイト(https://www.no-foodloss.caa.go.jp/whats.html)

一方、世界の栄養不足人口は8億2,160万人

今後世界人口は急速に増加し、2050年には今から約20億人増の約97億人になると推計されています。

そのため、このままではさらに多くの人が飢餓の危機にさらされる可能性が指摘されています。

## 日本の食品ロスの状況

1日あたり

大型トラック

約1,700台分  
(約600万t)

日本人1人あたり

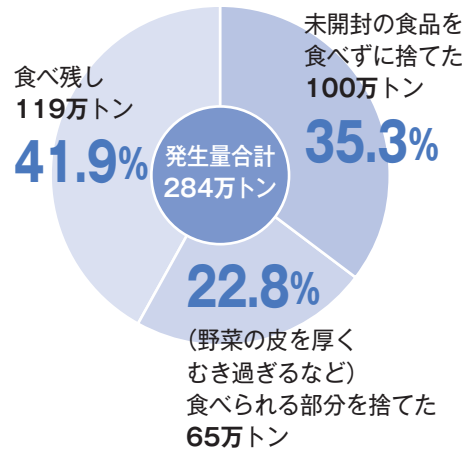
お茶碗約1杯分(約140g)

捨てていることに

日本の食品ロス量は年間約600万トンを超えています。そのうち、製造・卸・小売事業・外食事業で328万トン(54%)、そして残りの284万トン(46%)は家庭から発生しています。

※出典:消費者庁ウェブサイト(https://www.no-foodloss.caa.go.jp/whats.html)

## 家庭から出る食品ロスの内訳



※出典:消費者庁「食品ロス削減関係参考資料」

## 食生活の中で「もったいない」を意識した場面

- 賞味期限切れ等で食わずに捨ててしまうとき **53.0%**
- レストラン等で他人の食べ残したのを見たとき **49.2%**
- 食品廃棄に関する問題のニュース(記事)を見たとき **45.5%**
- 自分又は自分の家族等が食べ残したのを見たとき **37.5%**
- ごみ(特に生ごみ)を捨てる時 **19.4%**

※出典:消費者庁「令和元年度消費者の意識に関する調査(食品ロスの認知度と取組状況等に関する調査)」

## 組合員に聞きました!「もったいない」エピソード

干物の引き出しの奥にワカメ(乾燥の)が出てきた。数年前に期限切れで、いつも使っているのに次々買ってしまった、奥に入り込んだんだと思います。(大垣市 はなさん)

梅雨時期に、未開封の食パン1袋丸ごとカビてしまったことがあります。未開封だから常温保存でいいや~と思っていたら、しっかりカビてしまいもったいなかったです。(岐阜市 まりさん)

冷凍庫の奥底に眠って干からびた野菜や肉。見つけたときはとても悲しいです。(各務原市 ニモさん)

使うのはほぼ1人分なので買うのは小サイズの物にしているけれど、小サイズほど割高になるのでつい大きいのを買って切れてしまい処分します。(岐阜市 マッチのママさん)

二世帯で暮らしているため、共用の冷蔵庫で知らない間に物が移動していると、食べたのかなと思っていたら期限が切れたタイミングで発見!ということがたまにあります。(池田町 しおママさん)

## 巻頭特集

# 家庭の食品ロスを減らそう

「食品ロス」とは、売れ残りや食べ残し、期限切れなど、本来は食べることができたはずの食品が捨てられてしまうことを言います。製造から消費までの様々な段階で食品ロスは発生しますが、今回は商品を買う時・使う時にできる、食品ロスを減らす工夫を組合員さんにお聞きしました。



コープぎふはSDGsの実現に向けて取り組みます。