

10月は食品ロス削減月間

江東区の家庭では1日でおにぎり10万個分の食品が捨てられています

江東区では、家庭ごみとして、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品「食品ロス」が1年間に約4,000トン^{※1}も出ており、大きな課題となっています。これは、1日分に換算すると、毎日おにぎり約10万個分^{※2}の食品を捨てていることと同じです。

※1 令和5年度推計値

※2 おにぎり1個分を110gとして試算

1日で10万個分の

が捨てられる!?

おいしく楽しく食べきろう!

3きり運動!

食品ロスの削減にはごみになるものを発生させない(発生抑制)ことが大切です。また、生ごみに含まれる水分を減らすこともごみの減量につながります。3きり運動を中心に、できることから家庭で食品ロス削減に取り組んでみましょう。

1 食べきり

- ☐ 料理を作りすぎない
- ☐ 食べものは残さず食べきる



2 使いきり

- ☐ 必要な分だけ購入する
- ☐ 食材は無駄なく使う
- ☐ 余っている食材を有効活用する



3 水きり

- ☐ 水をきってから捨てる
- ☐ なるべく水につけない



\ 具体的には? /

[野菜の過剰除去をやめる]

野菜の皮を薄くむくなど、できるだけ食べられる部分を廃棄しないようにしましょう。

[おうちサルベージをする]

余っている食材を使って調理する「おうちサルベージ」。家にある食材だけで調理する日を作り、食材を使いきりましょう。



クックパッド「消費者庁のキッチン」で余った食材を使いきるレシピを紹介しています。

～それでも食べきれない食品は～ フードドライブにご協力ください

家庭で余っている食品を回収し、区内こども食堂や社会福祉協議会に提供します。

使いきれない手つかずの食品(未利用食品)がありましたら、捨てずに区の常設回収窓口にお持ちください。



江東区は5R推し!



Reduce リデュース

…ごみを発生させない(必要のないものは買わない など)

ごみを減らすためのRで始まる5つの行動を「5R」といいます。食品ロス削減の取り組みはReduce(リデュース)です!

Refuse リフューズ

…ごみになるものを断る
(マイバッグの持参 など)

Reuse リユース

…ものを繰り返し使う
(リサイクルショップの利用 など)

Repair リペア

…ものを修理して長く使う
(家具・家電やおもちゃ・服 など)

Recycle リサイクル

…ものを資源として再生利用する
(資源を正しく分別する など)

