

# わたしから始まる高知の食育

～毎月19日は「食育の日」～



## 10月は「食品ロス削減月間」

## 10月30日は「食品ロス削減の日」です。



食品ロス削減推進法により、10月は「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」と定められました。これは、食品ロスの削減に関する国民の理解と関心を深めることを目的としています。

## 食品ロスとは

『食品ロス』＝本来食べられるのにも関わらず捨てられている食品のことです。

現在、国内では年間約522万トン（令和2年度推計値）の食品ロスが出ており、そのうち、約半分は家庭から発生しています。

これを、日本人一人当たりに換算すると、年間約41kg、毎日お茶碗約1杯分（約113g）の食べ物を捨てている計算になります。食品ロス削減のためには、家庭での取組が重要です！

## 食品ロスは地球環境を悪化させる！？

食品ロスの発生は、生産や廃棄による温室効果ガスを排出させるなど、環境問題とも密接に関係しています。

## 食品ロス削減とSDGsの関係



SDGsの「目標12 持続可能な生産消費形態を確保する」においても、食品廃棄の減少が重要な課題となっています。また、17の目標が相互に関連し合っているSDGsにおいて、食品ロスを減らすことは、経済・社会の諸課題の同時解決にもつながります。

## 家庭でできる食品ロス削減

### <お買い物では>

- ・安いからといって買いすぎないように注意しよう！
- ・買い物前に冷蔵庫をチェックしよう！

### <食品の保存では>

- ・冷蔵庫を整理しよう！

### <調理するときは>

- ・食べきれぬ分だけ作ろう！
- ・残った料理はリメイクしよう！



今日から実践  
してみよう！



環境維新・高知市  
マスコットキャラクター「ケーちゃん」