

食品ロスチェック項目



冷蔵庫に貼って、食品ロス防止に努めましょう！

★ 買い物行く前にちょっと待って！

- ある程度の献立は決まっている？
- 冷蔵庫や食品棚のストックを確認した？

必要なものを明確にしてから買い物に行きましょう！

★ 冷蔵庫に入れる前にちょっと待って！

- その食品の保存方法は正しい？

冷蔵庫に入れられないほうがいるもの、ひと工夫を加えるだけで長持ちする食品があります！(詳しくは裏面を参照)

★ 捨てる前にちょっと待って！

- 期限だけで決めつけていない？

消費期限：安全に食べられる期限
賞味期限：おいしく食べられる期限
賞味期限は切れても食べられる場合があるので、においや見た目を確認しましょう！

食品ロスの現状



食品ロスとは、まだ食べられる状態の食品が食べられずに捨てられてしまうことです。現在、世界では約13億トン、生産された食品の三分の一が食品ロスとして廃棄されています。日本政府の発表によると、日本の食品ロスの約半分は家庭から排出されています。食品ロスを減らすことは環境にとって優しいだけでなく、経済的な節約にもなります。まずは身近なところから少しずつ、食品ロス削減に取り組んでいきましょう。

食品保存のコツ

冷蔵庫に入れない野菜

じゃがいも、玉ねぎ、アツマイモ、サトイモ、きゅうり、ピーマン、なす、かぼちゃなど



長ネギ

白と緑の部分を切り分けてからビニール袋に入れて冷蔵庫で保存する



にんじん

新聞紙で包んで冷蔵庫で保存する。使いかけの場合は切り口をラップで覆う



秋田県立秋田南高校SGH1班
amsgh2017g1@gmail.com