

フードドライブ 提供先フードバンク

各フードバンクでも食品の提供を受け入れています
提供の際は、事前にお電話でお問い合わせください



フードバンク おりなす江戸川

住所：江戸川区西一之江2-3-15
代表：棚橋幹夫
電話：080-1027-9235



暮らしの保健室 かなで

住所：江戸川区松島3-41-10
電話：03-5879-2355



フードバンク ジョイライフ

住所：江戸川区北葛西5-7-8
代表：高橋信行
電話：090-3045-6282



フードネット 江戸川

住所：江戸川区中央3-10-20 明豊荘101
代表：大場千恵子
電話：070-7562-3518



フードバンク江戸川 (NPO法人らいおんはーと)

住所：江戸川区清新町2-10-1
青森大学東京キャンパス内
理事長：及川信之
電話：03-6310-1048



第3回 エコアクション講座



10月は
食品ロス削減
月間です



講座名 **食品ロスをもったいない!**
～こんな工夫で家庭から出る食品ロスを減らせます～
日時 令和6年10月19日(土) 14:00～15:30
講師 食品ロス問題ジャーナリスト 井出留美氏
定員 40名様
申込 令和6年9月17日(火) 10時より
電話・FAX・メール・申込フォームのいずれかで

寄付のお願い



皆さまからの寄付は持続可能な地域社会づくりに貢献する取り組みに活用いたします。認定NPOへの寄附は税制優遇の対象です。ご希望の方には証明書を送付します。

認定NPO法人 共育・協働の環境づくり

編集・発行 **えどがわエコセンター**

住所：〒134-0091 東京都江戸川区船堀4-1-1 タワーホール船堀3階
TEL：03-5659-1651 FAX：03-5659-1677
E-mail：edogawa-ecocenter@bz01.plala.or.jp
URL：https://edogawa-ecocenter.jp/
Facebook：https://www.facebook.com/edogawa.ecocenter
開館時間：9:00～17:30 定休日：日曜・祝日



※機種によっては読み取りづらい場合があります



エコちゃんねる

えどがわエコセンター情報紙 vol.63

October 2024

エコちゃんねる=えどがわエコセンターのイメージキャラクター・エコちゃん+Channel (情報を送る) 2004年7月創刊

食品ロスを減らすために 私たちにできることは?

STOP! 食品ロス!



日本の食品ロス量のうち、
半分は家庭から出ていることを知っていましたか?
今回は、私たちの身近な問題である食品ロスの現状や、
家庭でできる取り組みについてご紹介します。

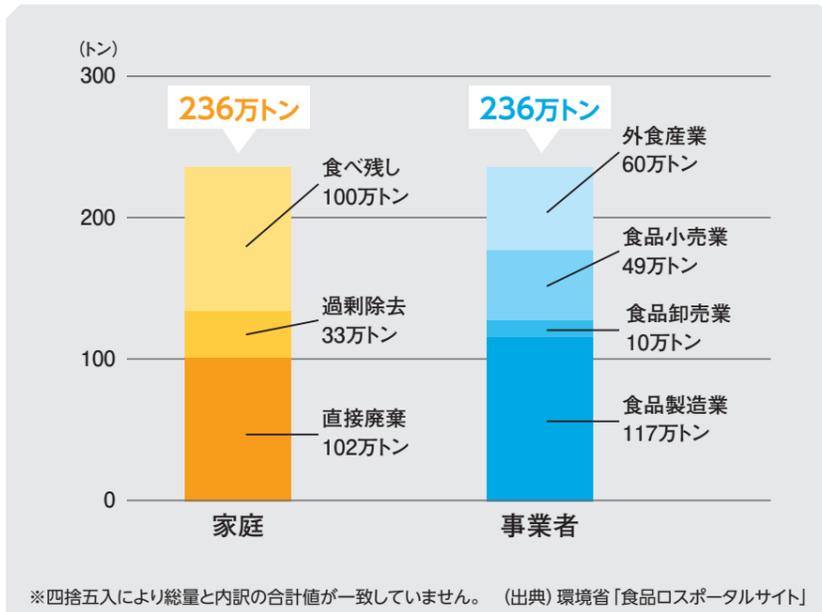


食品ロスって何?

本来は食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。
令和4年度の日本の食品ロス量は**472万トン**でした。

食品ロスの半分は家庭から

上記の食品ロス量のうち、家庭系は**236万トン**、事業者系は**236万トン**であり、**半分が家庭から排出されています。**



なぜ食品ロスができるの?

家庭からできる食品ロスには、以下の3種類があります。

- ①**食べ残し**：食べきれずに廃棄されたもの
- ②**過剰除去**：野菜の皮や茎など、食べられるところまで取り除かれて廃棄されたもの
- ③**直接廃棄**：手つかずのまま廃棄されたもの

消費期限と賞味期限の違い

食品の期限表示は、「消費期限」と「賞味期限」の2種類があります。

消費期限 「安全に食べられる期限」	賞味期限 「おいしく食べることができる期限」
急速に劣化する食品に表示。期限を越えると安全でなくなる可能性がある。	比較的傷みにくい食品に表示。期限を越えてもすぐに安全性に問題が発生するとは限らない。
 食肉・惣菜・生菓子類など	 スナック菓子・缶詰など

(出典) 東京都保健医療局「消費期限と賞味期限は、何が違うのでしょうか?【食品安全FAQ】」

なぜ減らさなければいけないの?

食品ロスは、大量の食品が無駄になるだけでなく、環境や社会に影響を及ぼします。

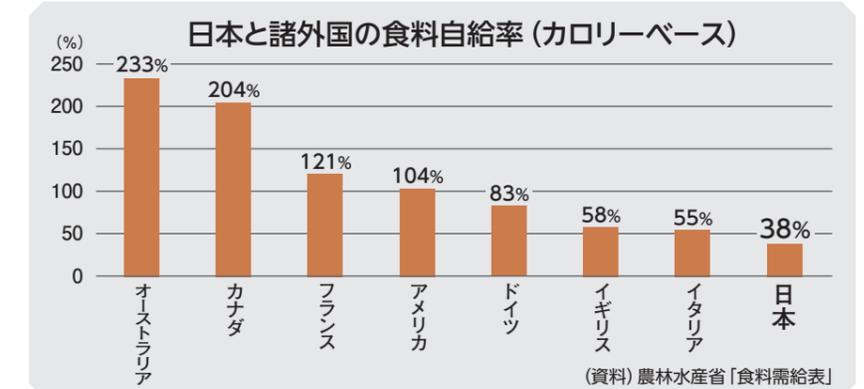
環境への影響

食品廃棄物(生ごみ)の約80%は水分のため、燃やすために多額のコストとエネルギーがかかります。また、運搬や燃やす際に排出されるCO₂、焼却後の灰を埋め立てる土地の問題があります。



日本の食料事情

日本の食料自給率(カロリーベース)は38%で、食料の多くを海外からの輸入に依存しています。その一方で、大量の食品が廃棄されている状況です。



STOP! 食品ロス!

私たちにできること

買い物編

- **買い物前に、食材をチェック**
▶ 冷蔵庫や食品庫にある食材を確認しましょう。
- **必要な分だけ買う**
▶ まとめ買いを避け、必要な分だけ買って、食べきりましょう。
- **期限表示を知って、賢く買う**
▶ 利用予定と照らして、期限表示を確認しましょう。
▶ すぐに使う予定の食材は、お店の食品棚の手前から取るようにしましょう。



外食編

- **店選び**
▶ 食品ロス削減に積極的に取り組む店を選びましょう。
- **注文**
▶ 食べられる分だけ注文しましょう。
- **食事**
▶ どうしても残ってしまった料理は、お店と相談して持ち帰ることも検討しましょう。



ご家庭編

- **適切に保存する**
▶ 食品に記載されている保存方法に従って保存しましょう。
▶ 一度に食べきれない野菜は、冷凍等の下処理をし、ストックしましょう。
- **食材を上手に使い切る**
▶ 残っている食材から使いましょう。
▶ 作りすぎて残った料理は、リメイクレシピなどで工夫しましょう。
- **食べきれる量を作る**
▶ 体調や健康、家族の予定も配慮し、食べきれる量を作りましょう。



フードドライブ

フードドライブとは、ご家庭で余っている未利用食品を持ち寄り、「フードバンク」へ提供する活動です。



えどがわエコセンターでも実施中!



えどがわエコセンターでは、フードドライブ常設回収を実施しており、集まった食品は区内5カ所の「フードバンク」を通じて、食料支援を必要としている方々にお渡ししています。

※裏面参照

詳細はこちら▶



(出典) 「今日からできる!家庭でできる食品ロス削減」(政府広報オンライン) (<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201303/4.html>)