

## たんじょう日



きょう わたし ぴ  
今日は私のおたんじょう日。  
イチゴのケーキはとてもおいし  
かったけど、全部は食べられな  
かった。ちょっと残念。

しょうひん  
食品ロスカードを1枚とる

## バナナ



くろ  
バナナが黒くなってきた...  
どうする？

①②③⑥バナナケーキにして  
食べる、④⑤バナナをすてる。

サイコロをふって4、5は  
しょうひん  
食品ロスカードを1枚とる。  
それ以外は1枚すてる

## おてつだい



ごはんのもりつけをてつだっ  
たよ。もちろん、食べきれる分だ  
けもりつけたよ！

しょうひん  
食品ロスカードを1枚すてる

## スーパーのセール



ひと  
おうちのひとスーパーへ。  
おいしそうなお肉が安かった  
けど家族で食べきれる分だけ  
買ったよ！

しょうひん  
食品ロスカードを1枚すてる

## おやつタイム



おばあちゃんからいっぱいおか  
しをもらったけど、一人では食べ  
きれないから友達とわけっこし  
たよ。

しょうひん  
食品ロスカードを1枚すてる

## 大雪へのそなえ



おおゆき  
大雪へのそなえとして食品を  
買ったけれど、使い切れなくて  
あまってしまった。

しょうひん  
食品ロスカードを2枚とる

## 金沢カレー



とう かなざわ みせ  
お父さんに金沢カレーのお店に  
連れて行ってもらった。  
お父さんはぶつうサイズだけど、  
わたしはミニサイズ！

しょうひん  
食品ロスカードを1枚すてる

## スーパーで買い物



スーパーでかあ か もの  
お母さんと買い物。  
たまごを持って歩いていたら、  
つまづいてたまごが割れちゃった。

しょうひん  
食品ロスカードを1枚とる

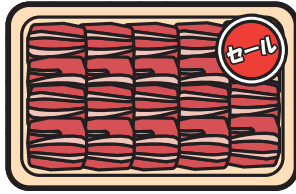
## 楽しい給食



ともだち たの きゅうしょく じ かん  
友達と楽しい給食の時間。  
ぎゅうにゅう の ともだち  
牛乳を飲んでいたら友達がへんな  
顔をして笑わせてきた。  
ぎゅうにゅう  
牛乳をふきだしてしまった。

しょうひん  
食品ロスカードを1枚とる

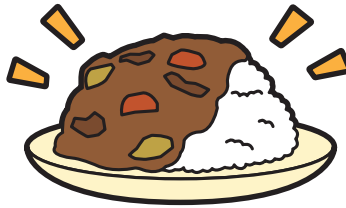
## やきにく 焼肉パーティー



きょう よる やきにく  
今日の夜は焼肉パーティー！  
にく や しゅうひ きげん ちか  
お肉屋さんで消費期限が近い  
こうきゆつ にく やす う  
高級なお肉を安く売っていた。  
なんだから得した気分！

しょくひん まい  
食品ロスカードを1枚すてる

## おおぐ 大食い



おおぐ おおぐ み  
大食いユーチューバーを見てい  
たら、自分もやりたくなった。  
きゅうしょく おお  
給食のカレーを大もりにした  
けど残しちゃった…。

しょくひん まい  
食品ロスカードを2枚とる

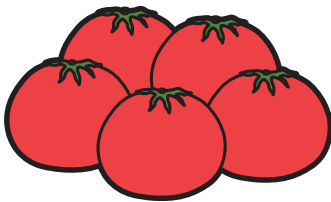
## ぎゅうにゅうの しんちよう 牛乳飲んで身長アップ



ともだち ぎゅうにゅう  
となりの友達が牛乳がきらいで  
のこ 残すみたい。  
か の  
代わりに飲んであげた。  
しんちよう すこ き  
身長が少しのびた気がした。

じぶん しょくひん まい  
自分の食品ロスカード1枚を  
みぎ ひと わた  
右どなりの人に渡す

## おお 大きなトマト



はたけ おお  
おじいちゃんの畑で大きなトマト  
がとれたよ！  
トマトはにがてだけどがんばって  
食べたよ。

やさい しょくひん  
野菜の食品ロスカードがあれば  
まい  
1枚すてる

## おすそわけ



やさい  
おじいちゃんから野菜をたく  
さんもらった。  
やさい  
よろごはんは野菜づくし！

しょくひん まい  
食品ロスカードを1枚すてる

## カレー作り



かあ てつだ  
お母さんのお手伝い！  
れいぞうこに残っていたやさい  
つか つく  
使ってカレーを作ったよ。  
かあ  
お母さんにほめられた！

じぶん しょくひん にく  
自分の食品ロスカードに、肉または  
やさい まい  
野菜のカードがあれば1枚すてる

## みかん



おばあちゃんにみかんをもらっ  
たけど、カバンの中で  
みかんがつぶれちゃった…。

しょくひん まい  
食品ロスカードを1枚とる

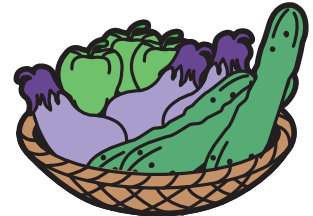
## べんきょう お勉強



きょう しょうみ きげん しょうひ きげん  
今日は、賞味期限と消費期限の  
ちがいを勉強したよ！

しょくひん まい  
食品ロスカードを2枚すてる

## そだ やさい 育てた野菜



そだ やさい  
育てた野菜をおじいちゃんと  
おばあちゃんにもわけてあげた。

しょくひん まい  
食品ロスカードを1枚すてる

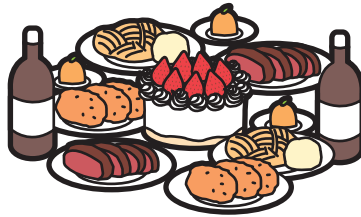
## フードドライブ



家であまった食品をフードドライブに持って行った。  
こども食堂でも使われているんだって。

食品ロスカードを3枚する

## パーティー



たんじょうびパーティーのじゅんぴ。お母さんがたくさん料理を作ってくれたけどいったい何人分なの？

食品ロスカードを2枚とる

## がいしょく 外食



消費期限が今日までの食べものがあつたけどお店に食べに行っちゃった。

食品ロスカードを2枚とる

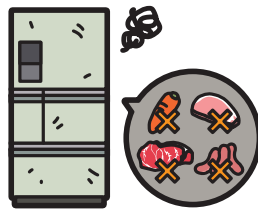
## かぞく りょこう 家族旅行



旅行先のごはんは食べほうだい。あれもこれも食べたくて、食べきれない量のごはんをとってきた。

食品ロスカードを3枚とる

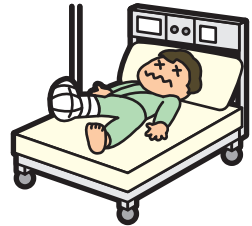
## れいぞうこ



れいぞうこがこわれて食品がダメになってしまった。

食品ロスカードを5枚とる

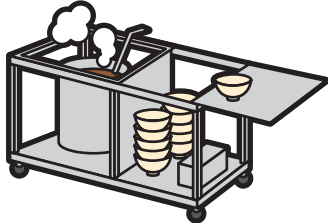
## にゅういん 入院



けがをしまさかの入院。れいぞうこの食材の消費期限を切らしてしまった。

食品ロスカードを2枚とる

## インフルエンザ



クラスの半分がお休み。給食がたくさんあまった。

全員サイコロをふり  
1が出た人はセーフ、それ以外は  
食品ロスカードを2枚とる

## きゅうしょく 給食



カレーをこぼした。おかわり分がないので両どなりから少しわけてもらった。

両どなりから食品ロスカードを1枚ずつもらう

## かていか 家庭科



ジャムやピクルスの作り方を教えてもらった。食材の保存にぴったり！家で作ってみた！

食品ロスカードを1枚する

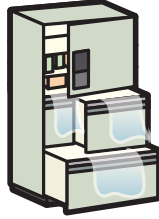
## すき・きれいチャレンジ



にんじんを<sup>た</sup>食べられるようになった。  
<sup>た</sup>食べ残しをなくせるぞ！

しょくひん  
食品ロスカードを1枚すてる

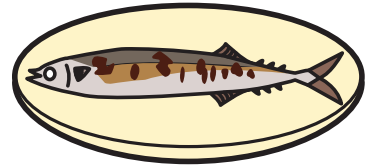
## れいぞうこ



とびらが<sup>あ</sup>開け<sup>ば</sup>放し。  
れいぞうこの中<sup>なか</sup>のものが<sup>た</sup>食べられなくなった。

しょくひん  
食品ロスカードを5枚とる

## きゅうしよく 給食



や<sup>ざ</sup>かな<sup>で</sup>焼<sup>か</sup>き魚<sup>わ</sup>が出たけれど皮<sup>かわ</sup>がにが  
てだったので残<sup>のこ</sup>してしまった。

しょくひん  
食品ロスカードを1枚とる

## おかしパーティー



いえ  
家であまっていたおかし<sup>も</sup>を持ち  
よって友達<sup>ともだち</sup>と<sup>た</sup>食べた。

しょくひん  
食品ロスカードを1枚すてる

## えんそく 遠足



おべんとうを<sup>あ</sup>開けたら  
きらいな野菜<sup>やさい</sup>がはいっていたから  
残<sup>のこ</sup>しちゃった。

しょくひん  
食品ロスカードを1枚とる

## てづくりょうり 手作り料理



か<sup>てい</sup>か<sup>じゅぎょう</sup>なら  
家庭科の授業で習ったおいしい  
野菜<sup>やさい</sup>のため<sup>いえ</sup>に家<sup>つく</sup>で作った。  
野菜<sup>やさい</sup>が<sup>いもうと</sup>らいな妹<sup>妹</sup>も<sup>た</sup>食べてくれた。

しょくひん  
食品ロスカードを1枚すてる

## レストラン



レストランで<sup>た</sup>食べ<sup>りょう</sup>きれる量<sup>ちゅうもん</sup>を注文。  
「ごはんは<sup>すく</sup>少なめ！」

しょくひん  
食品ロスカードを1枚すてる

## かもの お買い物



お母さん<sup>かあ</sup>とお買<sup>か</sup>い物<sup>もの</sup>。  
おなかがすいたときに<sup>か</sup>買<sup>もの</sup>い物<sup>もの</sup>に行<sup>い</sup>ったから、ついつい<sup>か</sup>買<sup>もの</sup>いすぎ  
ちゃった。

しょくひん  
食品ロスカードを2枚とる

## きょうだい 兄弟げんか



きょうだい  
兄弟げんかをして、そのま<sup>ま</sup>なて  
しまった。  
用意<sup>ようい</sup>されたごはん<sup>た</sup>を食べ<sup>た</sup>なかつた。

しょくひん  
食品ロスカードを1枚とる



## おすそわけ



料理をつく  
材料を作りすぎちゃった！でも  
おとなりさんにおすそわけ！

自分の食品ロスカード1枚を  
右どなりの人に渡す

## 話し合い



友達と食品ロスについて話し  
合った。食べ残しはしないよう  
にがんばろうときめた。

食品ロスカードを1枚する  
両どなりの人も1枚ずつする

## からっぽデー



今日は「れいぞうこからっぽデー」  
よるごはんはれいぞうこに残っ  
ている材料を使ったいろいろな  
メニューだったよ。

食品ロスカードを1枚する

## 人気のお店



人気のラーメン屋さんにお父  
さんとおでかけ。  
量が多くて二人でがんばって  
食べたけど残してしまった。

食品ロスカードを2枚とる

## れいとう野菜



お休みの日に、お母さんがおかず  
をつくりおき。  
野菜も使いやすいように切って  
かられいとうしていたよ。

食品ロスカードを1枚する

## ローリングストック



災害にそなえて買った保存食  
の賞味期限をチェック。  
新しいものと入れ替えてから  
食べてみたらおいしかった。

食品ロスカードを1枚する

## 地産地消



スーパーでお買い物。地元でと  
れたもの、旬のものを食べるの  
はおいしいし、体にも環境にも  
いいんだって。おいしく完食！

食品ロスカードを1枚する

## おみちよ



近江町市場でお買い物。  
海の幸、山の幸がいっぱい！  
お店の人にすすめの食べ方を  
聞いたよ！

食品ロスカードを1枚する

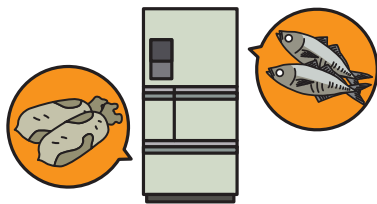
## 朝ねぼう



ねぼうしちゃった！  
朝ごはんを残して学校まで走った。

食品ロスカードを2枚とる

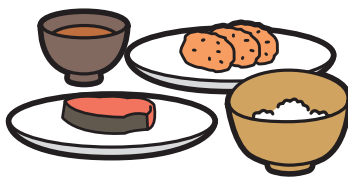
## おかたづけ



れいぞうこのおくからいたんだ  
野菜を発見した。  
れいとうからは化石発見?!

食品ロスカードを2枚とる

## いいね・食べきり



家族で「いいね・食べきり推進店」で  
食事!量をへらしてくれたり、にがて  
なものをぬいてくれたり、食べきり  
に取り組みやすいね。

食品ロスカードを1枚すてる

## 3きり運動



「3きり(使いきり・食べきり・水きり)運動」について学んでじっせん。ちょっとした工夫で、生ごみや食品ロスをへらせるよ。

食品ロスカードを2枚すてる

## 食べすぎ注意



おやつを食べすぎて、よるごはんを残してしまった。  
お母さんにしかれた。

食品ロスカードを2枚とる

## 地球温だん化



食品ロスから地球温だん化がすすんじゃうよ。  
みんなで食品ロスをなくそう!とちかった。

食品ロスカードを全員1枚すてる