

外食編

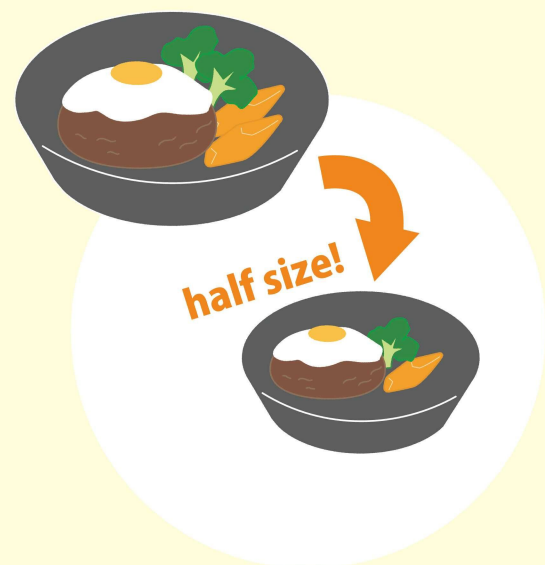
✂ 食べきれる量だけ注文する

小盛りメニューや
ハーフサイズメニューも活用する

✂ 会食では

「30・10(さんまるいちまる)運動」をする

最初の30分間は席を立たずに、最後の10分間は
席に戻って料理を楽しむ時間を設ける



おいしく社会貢献
できるお店集めました！

いいね・食べきり推進店



「いいね・食べきり推進店」では、
食品ロス削減のための取り組みを行っています。
ぜひ、登録店を利用して
食べ残しを減らしましょう！

おいしく社会貢献
できるお店はこちら



例えば、登録店では
このような取り組みを
行っています

小盛り
メニューの
用意

苦手な
食材への
対応

適量注文
食べきりの
声かけ

■お問い合わせ

金沢市環境局ゼロカーボンシティ推進課

TEL:076-220-2507 FAX:076-260-7193

メール:zerocarbon@city.kanazawa.lg.jp

今日から
できる！

かんたん 食品ロス 対策！

食品ロスとは、「まだ食べられるのに
捨てられてしまう食品」のことです。

金沢市でも1人1日
おにぎり1個分の
食べ物が捨てられています。

今日から食べ物の
“もったいない”を
減らしませんか？



ごみとして出された食品

金沢市環境局ゼロカーボンシティ推進課

買い物編

買い物に行く前に
家にある食品を確認する



冷蔵庫の中をスマホで撮影しておく



手前の商品を手にとる
「てまえどり」を心がける



食べきれる量を買う



ばら売りや少量パック売りを
上手に活用する



保存編

大容量の食品や野菜は、小分けや
下ごしらえで上手に保存する



冷蔵庫や食品保管庫を
整理整頓し「見える化」する



消費期限と賞味期限の違いを知る



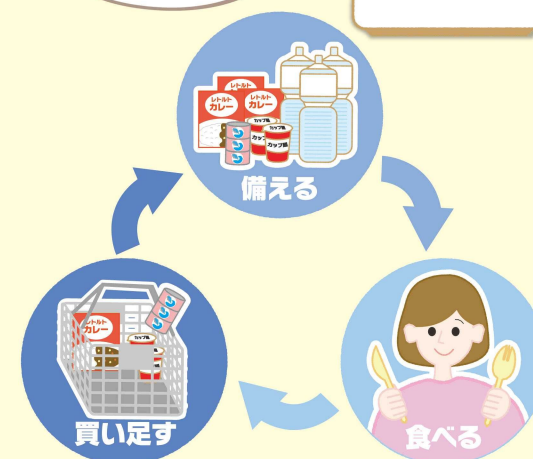
賞味期限はおいしく食べられる期限です。過ぎても
すぐに食べられなくなるわけではありません。



ローリングストックを実践する



災害時に使用する備蓄品を期限切れで
廃棄しないようようにする

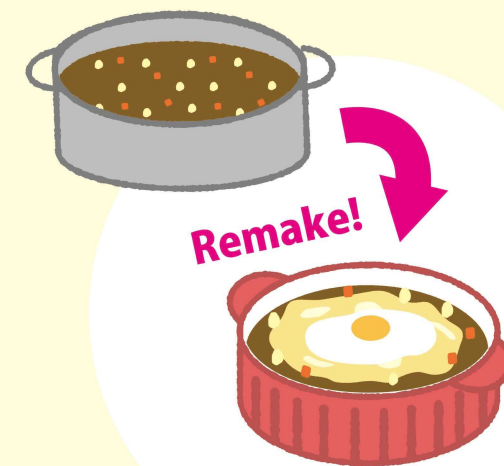


料理編

作りすぎない工夫をする

作る前に家族の予定や体調を確認する

残った料理はリメイクする



Remake!

食品が余ってしまった
ときにできること

食材使い切り
レシピ集は
こちら！



フードドライブ

フードドライブとは、家庭で余っている食品を持ち寄り、福祉施設等に
無償で提供する活動のことです。

募っている食品：賞味期限 1 か月以上、未開封、常温保存

家庭で余った食品



家庭

持ち寄る



回収拠点

提供する



支援を必要としている方々

受付窓口

■ 金沢市保健所(駅西福祉健康センター)	毎 週 火 曜日	10時～14時
■ 泉野福祉健康センター	第1・3・5 月 曜日	10時～14時
■ 元町福祉健康センター	第2・4 金 曜日	12時～14時
■ 金沢市第二庁舎ゼロカーボンシティ推進課	平 日	9時～17時45分

フードドライブの
日程などはこちら

