

食品ロスを減らしましょう

～できることから、はじめてみよう～

「食品ロス」とは、「まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物」のことです。
日本では大量の食べ物が食品ロスとして廃棄されています。

日本の食品ロスの現状

日本では年間570万tもの食品ロスが発生しています。これは国民一人あたり毎日124g(ご飯茶碗1杯分)の食料を捨てている計算となり、世界全体の食料支援量の約1.4倍の量に相当します。
世界の栄養不足人口は約8億人、国内のこどもの貧困率は14%と、食品を必要としている方がいる一方で、私たちは大量の食品を捨てています。


■「日本全体」の食品ロス

国民一人あたり 年間 45Kg ・ 毎日 124g
1人が1年で消費する米の量。 ごはん茶碗1杯分

世界全体の食料支援量^{※1}
約420万t

食品を必要としている方がいます
世界の栄養不足人口 約8億人^{※2}
国内のこどもの貧困率14%^{※3}

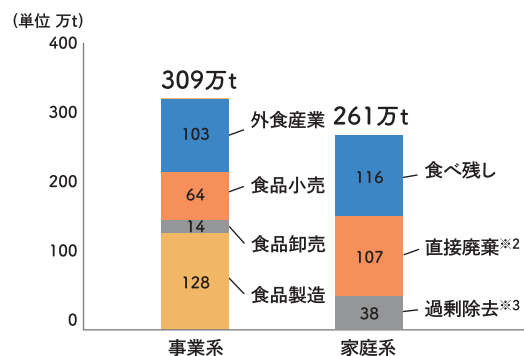
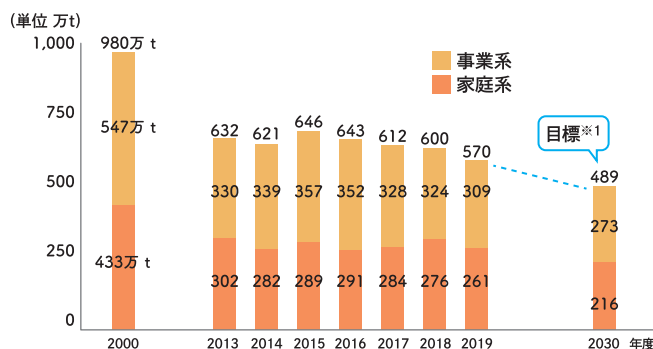
年間 570万t
家庭から:261万t
事業者から:309万t



令和元年(2019)年度推計値

※1 2019年度 国連食糧計画(WFP) ※2 2021年度 国連食糧農業機関(FAO) ※3 厚生労働省「2019年国民生活基礎調査」

■食品ロスの内訳・推移



農林水産省および環境省推計(2019)

食品ロスの約半分は家庭から発生しています。食べ残しや直接廃棄によるものが約8割、過剰除去によるものが約2割となっています。食品ロス全体量は減少しているものの、2013年度から2019年度までは、ほぼ横ばいの状態です。

※1 国の食品ロス削減目標。2000年度と比べて令和12(2030)年度に半減させることを目標としています。

※2 期限が過ぎた食品をそのまま捨ててしまうこと。

※3 調理の時に皮を厚くむいてしまうなど、可食部まで捨ててしまうこと。

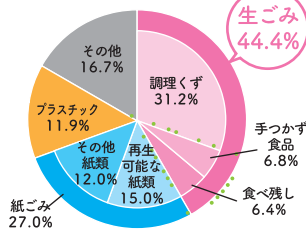
金沢市の食品ロスの現状

平成30(2018)年度に「ごみ内容物調査」を行い、実際に排出されているごみに含まれている食品ロスの割合を調査しました。その結果、金沢市では 21,800tの食品ロスが発生していると推計されます。



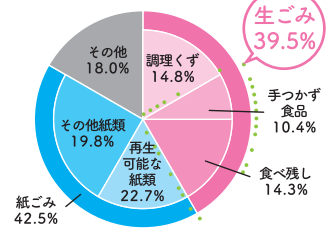
ごみとして捨てられていた食品

家庭系：69,251トン



食品ロスが燃やすごみ全体の約13%を占めています

事業系：51,290トン



食品ロスが燃やすごみ全体の約25%を占めています

ごみ内容物調査の結果

■「金沢市」の食品ロス

金沢市では、市民、事業者、行政等の多様な主体の連携により食品ロス削減を推進していくため、令和3年2月に「金沢市食品ロス削減推進計画」を策定し、食品ロス量を令和12(2030)年度に平成30(2018)年度と比較して20%削減させる目標を設定しました。



平成30(2018)年度推計値



令和12(2030)年度目標

■家庭からの食品ロス実態調査

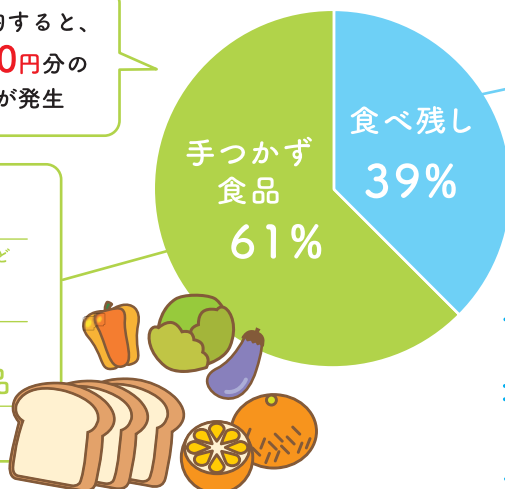
金沢市内の家庭で、食品ロス(手つかず食品、食べ残し)の実態調査※を行いました。食品ロスの内訳は手つかず食品が6割、食べ残しが4割という結果となり、食品別では野菜や果物、ごはんなどが多く捨てられていました。

※令和3年10月に、市内のご家庭で実際に廃棄された食品の種類と量を調査したものです



1世帯に平均すると、年間8,120円分の食品ロスが発生

- ①位 生鮮野菜
「キャベツ」「なす」「ピーマン」など
- ②位 生鮮果物
「みかん」「柿」など
- ③位 パン・乳製品
「食パン」など



- ①位 ごはん
- ②位 汁物
- ③位 肉類



おうちの食品ロスを記録してみませんか？
食品ロスを記録するダイアリーアプリや調査結果について詳しくはこちら



食品ロス削減に取り組みましょう

■食品ロス削減のメリット

お財布にやさしい!



家計における支出のうち、「食費」は1/4以上※!
家計を見直すきっかけになります。

※総務省 家計調査(2020年)

ごみが減る!



食品ロスは「生ごみ」として焼却処分されています。処理の過程で多量の温室効果ガスが排出されており、同時に多額の処分費用もかかっています。

資源を無駄にしない!



食品の製造、運搬、一時保管、調理のためにたくさんの資源やエネルギーが使われています。日本の食料自給率はわずか37%※!食料の大半を輸入に頼っていることから、特に多くのエネルギーが使われています。

※農林水産省「食料自給表」

■家庭から食品ロス削減!

金沢市のアンケート調査※によると、ご家庭で食品を捨ててしまう理由は以下のとおりでした。

1位.お買い得品をたくさん買ってしまった 2位.予定が変更になってしまった 3位.まとめ買いをしたが食べきれなかった
「買いすぎない」、「作りすぎない」、「食べきる」ことが重要です。

※令和3年度金沢市eモニターアンケート調査

買いすぎない

- ①家にある食品を確認しましょう。
お買い物前に冷蔵庫などを確認!スマホで撮影しておくのもいいね!
- ②必要なだけ購入しましょう。
バラ売りや小分け食品をうまく活用しよう。
- ③期限表示を知り、賢く購入しましょう。
「賞味期限」は「おいしく食べられる」期限のこと。適切に保存した場合、期限が切れてもすぐに食べられなくなるわけではありません。

作りすぎない

- ①家族の予定や体調を確認し、料理の作りすぎをやめましょう。

食べきる

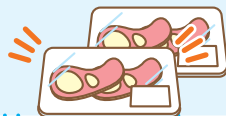
- ①食材を上手に使い切りましょう。
大容量の食品や野菜は、小分けや下ごしらえて上手に保管して使い切ろう!
- ②冷蔵庫や食品保管庫を定期的に清掃しましょう。

冷蔵庫が
すっきりすると、
買いすぎも
防止できるよ



知ってますか?「てまえどり」

食品をすぐに使う場合、お店の棚の「手前」から購入することで、お店からの食品ロスを削減することができます!
値引き食品を購入することも、食品ロス削減に貢献する購買行動です。



食材使い切りレシピも参考にしてね



余っている食品は

フードドライブにお持ちください

募っている食品

賞味期限1カ月以上
未開封
常温保管

いただき物やつい買いすぎてしまったものなど、ご家庭で余っている食品をお持ちください。NPO法人いしかわフードバンク・ネットを通じ、福祉団体など、食品を必要としている方に提供しています。

受付窓口 ※年末年始などはお休みです。

- 金沢市保健所(駅西福祉健康センター)
- 泉野福祉健康センター
- 元町福祉健康センター
- 金沢市役所第二本庁舎一階 環境政策課

- 毎週火曜日 10時~14時
- 第1・3・5月曜日 10時~14時
- 第2・4金曜日 12時~14時
- 平日 9時~17時45分

開設日
カレンダー等、
詳しくはこちら



■ 外食時に食品ロス削減！

食べきれぬ量だけ注文

① ちょうど良い量の食事を選びましょう。

小盛りメニューやハーフサイズメニューを活用しよう。
お店の方に「量を減らしてもらえますか」と聞いてみよう。
食べられない食材がある場合は「〇〇を入れないでいただけますか?」と聞いてみよう。

最後までおいしく食べきり

① 「食べ残しの無いように」と声かけをしよう

みんなでシェアして食べきろう。どうしても食べきれない場合は、持ち帰りができるか、お店の人に聞いてみよう。

宴会では「30.10運動」

最初の30分間は席を立たずに料理を楽しみましょう。
お開き前の10分間は席に戻って最後まで料理を楽しみましょう。
宴会のはじめに、参加者
に実践の声かけをして
みよう。



持ち帰りは「自己責任」で

どうしても食べきれなかった料理を持ち帰る場合は、お店の方の説明を十分に理解した上で、自己責任の範囲で行うようにしましょう。



いいね・食べきり推進店 を利用して、おいしく食べきり！

金沢市では、食品ロス削減につながる取り組みを実践している飲食店を「いいね・食べきり推進店」として登録しています。
推進店では小盛りメニューの設定や適量注文の案内など、食べ残しを出さないための取り組みを行っています。

推進店についてはこちら



フードシェアリング※「TABETE」 を利用して、お得に社会貢献！

「TABETE」はまだおいしく安全に食べられるのに店頭では売り切るのが難しい食事をアプリ上でお得に購入できるフードシェアリングサービスです。
金沢市では、運営会社の(株)コークッキングと連携し、フードシェアリングによる食品ロス削減を進めています。



お得なクーポン
プレゼント中!

まずはこちらから
ダウンロード



※フードシェアリング…店舗などで売り切れない食品を必要な方に紹介、案内し、割引価格で提供することで、まだ食べられるのに捨てられる食品を無駄にしない取り組みです。

お問い合わせ

金沢市環境局環境政策課

〒920-8577 金沢市柿木畠1番1号
TEL.076-220-2304 FAX.076-260-7193
e-mail kansei@city.kanazawa.lg.jp

食品ロスに関する
最新情報は
こちらから

