



# あなたに 食品ロスゼロのライフスタイルを！

実施期間 10月20日(金)～11月26日(日)

イオン藤井寺ショッピングセンター×大阪府×藤井寺市

イオン藤井寺ショッピングセンターと大阪府、市が連携し、消費者の皆さんに「食品ロスゼロ」への取り組みを呼びかけます。これは、府の「食品ロス削減総合実践エリア推進事業」で行うものです。 ▶それぞれの実施内容・期間はこちらから



食品もったいないセール

惣菜などを販売する協力店で食品ロス予備軍商品の「もったいないセール」を実施します。



【食べきり】運動

協力飲食店で食べ残しを減らすための呼びかけを行い、完食したら特典をお渡しします。(対象 小学生までのお子さん)



おいしく日持ちする  
保存方法などを紹介

商品購入後に実践できるワンポイント(アドバイス)をポップで店内に掲示します。

11月23日(木・祝)「ふじいでら市民まつり」と同時に、2階「こふんひろば」前イベントスペースで啓発イベントを実施します。

## 今日からできる！食品ロス削減の取り組み

### 実践しよう！「3きり運動」

- ①使い切り** 食材は必要な分だけ買い、正しく保存して無駄なく「使いきり」しましょう。
  - ・買い物前に冷蔵庫の在庫をチェック
  - ・期限が近い食材から使う など
- ②食べきり** 料理は必要な分だけ作り、残さず「食べきり」しましょう。
  - ・残った料理はリメイクを
  - ・外食時は食べきれる分を注文 など
- ③水切り** 生ごみの約8割が「水分」。ぎゅっと「水きり」をするだけでごみ出しが軽く、臭いも軽減されます。
  - ・生ごみは濡らさない
  - ・茶殻や野菜・果物の皮は一晚おき乾燥 など



### 残さず食べきり！「30・10運動」

飲み会や宴会では、料理を残してしまいがち。この運動は、開始後の30分間と終了前の10分間は席を立たず料理を楽しみ、食べ残しを減らそうというものです。幹事の方は参加者に「30・10運動」を案内し、おいしく食べきりよう呼びかけましょう。

### 家に眠っている食品はありませんか 食品の寄付で食の支援を！

家庭で余っている賞味期限前の未使用食品の寄付を受け付け、フードバンク(※)などを経由し、こども食堂や福祉団体など、食料を必要としている人たちに無償で届ける「フードドライブ活動」を実施している機関が市内にもあります。(※)賞味期限前の未使用食品を、企業や団体などから引き取り、必要な人へ届ける活動をしている団体。

#### 【市内の実施機関(一例)】

●イオンフードスタイル藤井寺店(☎937・1312)

場所 1階サービスカウンター横にフードドライブ投入BOXを常設

受付対象食品 次の①～⑤を全てを充たすもの

- ①未開封(外装が破損していない)、②賞味期限が1カ月以上残っている、③常温保存できる(冷凍・冷蔵食品以外)、④製造者又は販売者が表示されている、⑤成分又はアレルギー表示がある

※アルコール類(みりん・料理酒は除く)や手作りの品は対象外

●藤井寺市社会福祉協議会(☎938・8220)

場所 市民総合会館別館1階(北岡1-2-8)で随時受付  
※受付対象食品の詳細は、電話でお問い合わせください。

## ご存じですか？ 日本の食品ロスの量

国民1人1日当たり  
お茶碗 約1杯分  
(114g)



年間 **523** 万トン(推計) (※)  
事業系が 279万トン(53%)  
家庭系が 244万トン(47%)

約半分が家庭から捨てられています。

大阪府の「もったいないやん へらそう」食品ロスポータルサイトに、行動(アクション)を宣言できる機能があります。

**食品ロス0アクション宣言 募集中!**

食品ロスを減らすための行動を宣言して取り組んでみませんか？

(※)農林水産省・環境省 令和3年度推計値 (令和5年6月公表)

本来食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことを「食品ロス」といいます。日本の食品ロスの量は、年間523万トン(※)と推計されています。これは、世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食糧支援量(2021年)で年間約440万トンの1.2倍に相当します。

食料の多くを輸入に頼りながら、大量の食べ物を捨てていることは環境にも様々な影響を及ぼします。

食品ロスを減らすための小さな行動も、日々の生活の中で一人ひとりが取り組むことで、大きな削減につながります。大切な食べ物を捨てないよう、皆さん一人ひとりが、今できることから始めましょう。