

食品ロスのうわさの真相

環境にいい食生活ってどういうこと？

持ち寄り食材でエコな料理を

大野では地元で野菜や米を作ったり、もらったりすることが多いです。また、地元の店で、地元でとれた農産物を購入できる機会にとっても恵まれています。旬のものを地元で消費すること(=地産地消)は、とても環境によいと言えます。

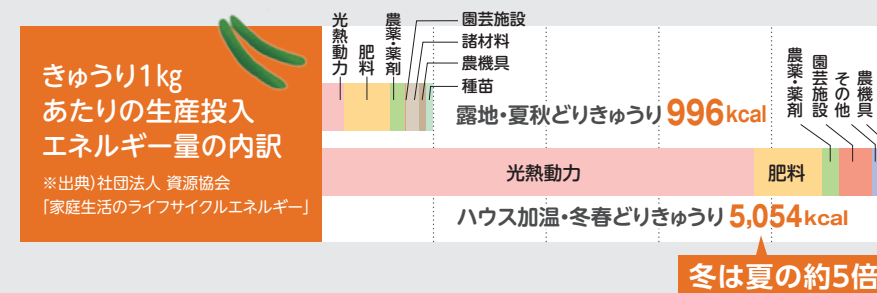
大野市民が慣れ親しんでいる報恩講(ほんこさん)料理についてふりかえてみましょう。「ほんこさん」料理は地元の持ち寄りの食材でつくられており、CO₂排出量がとても少ないエコなごちそうなのです！



▲報恩講料理 出典：旬の里ふくい

旬のものは環境にも◎！

冬にきゅうりを作るには夏に比べて5倍のエネルギーを費やします。旬のものを食べることは実はとてもエコなのです。たくさんできた場合は、おすそわけしたり、保存食にしたりして利用するとさらにエコですね。



2台目の
冷凍庫を購入して
保存するよりも、エコ！

他にもできることがあるよ！「3きり運動」

大野市の家庭から出るごみの中で最も多いのが生ごみです。この中には、「食べ残し」や「手をつけていない食料品」がたくさん含まれています。

「3きり運動」は、生ごみの80%を占める水を切る「水きり」、料理を残さず食べきる「食べきり」、食材を無駄なく使いきる「使いきり」の3つを行うことで生ごみそのものを減らす活動です。生ごみの水分を減らしてから捨てることで大野市のごみ処分にかかる費用が削減できます。持ち家・戸建住宅が多い大野市だからこそ、生ごみをコンポストに入れて処分することでもっとエコに！

みんなができる
脱炭素
アクション

旬の食材、
地元でとれた食材を購入しよう

賞味期限が切れたら腐るよ？

期限表示の違いを理解しましょう

賞味期限は、「おいしく食べられる期限」で、美味しさの目安です。期限を過ぎたからといってすぐ食べられなくなるわけではありません。食べ物の匂いや見た目、味などを確認し、賞味期限の前と変わらないときは、食べることができます。

消費期限は、「食べても安全な期限」です。期限が過ぎないように気をつけましょう。期限表示の違いをよく理解し、食品が無駄にならないよう、上手にお買い物しましょう。

賞味期限と消費期限との違い ※イメージ



消費期限	賞味期限
安全に食べられる期限	美味しく食べられる期限
品質(状態)が急速に劣化する食品に表示されます。	品質(状態)が比較的劣化しにくい食品に表示されます。
食品例 弁当、そうざい、調理パン、生菓子、食肉など	食品例 レトルト食品、スナック菓子、缶詰、清涼飲料水など
「消費期限」を過ぎた食品は食べないでください。	「賞味期限」は品質劣化の目安です。期限を過ぎた食品であっても、すぐに食べられなくなるわけではありません。

買いすぎの防止、てまえどりの実施により、家庭からの食品ロスを削減しよう

スーパーやコンビニで消費期限が切れたものは、廃棄されて私たちの食卓に届く前に食品ロスになります。すぐ食べる予定のものは「てまえどり」をして、食料品店に出る食品ロス削減のために協力しましょう。どうしても食べきれない保存食品がある場合は地域のフードドライブ※に出すのもよいですね。



※「てまえどり」とは、購入してすぐに食べる場合に、商品棚の手前にある商品等、販売期限の迫った商品を積極的に選ぶ購買行動です。
※フードドライブとは、家庭で余っている食べ物を持ち寄り、それらを取りまとめた地域の福祉団体や施設に寄付する活動です。

みんなができる！ 脱炭素アクション

生ごみを減らそう

- 食品の食べきり、食材の使いきりで

節約額 8,900 (円/年)
CO₂削減量 5.4 (kg-CO₂/世帯)

市の取り組み フードドライブ

ご家庭に眠っている食品があればお持ちください。自立支援センターやこども食堂などを通じて必要としている方に届けます。

