

—全国おいしい食べきり運動ネットワーク協議会全国共同キャンペーン—

# もったいない・いわて 食べきりキャンペーン

年末年始も残さず食べよう！

食べものを捨てるなんて”もったいない”  
食品ロスを減らすためにできること。  
みんなで取り組みましょう！



## おいしく 楽しく 食べきろう

### 🔍 年末年始に食品ロスを減らすポイント

- 👉 **外食をする時は・・・**  
小盛やハーフサイズなどで**適量注文**を心がけよう  
もったいない・いわて☆**食べきり協力店**を利用しよう
- 👉 **家庭で食事をする時は・・・**  
食材は**適量**を購入し、**食べきれる量**で調理しよう  
親戚や友人を招いた食事**も食べきれる量**でおもてなし
- 👉 **テイクアウトをする時は・・・**  
**食べきれる量**を買って帰ろう

＼もったいない・いわて☆  
食べきり協力店で検索／

—問い合わせ先—

岩手県環境生活部資源循環推進課

〒020-8570 盛岡市内丸10番1号 TEL: 019-629-5367

「岩手県」は「全国おいしい食べきり運動ネットワーク協議会」に参加しています



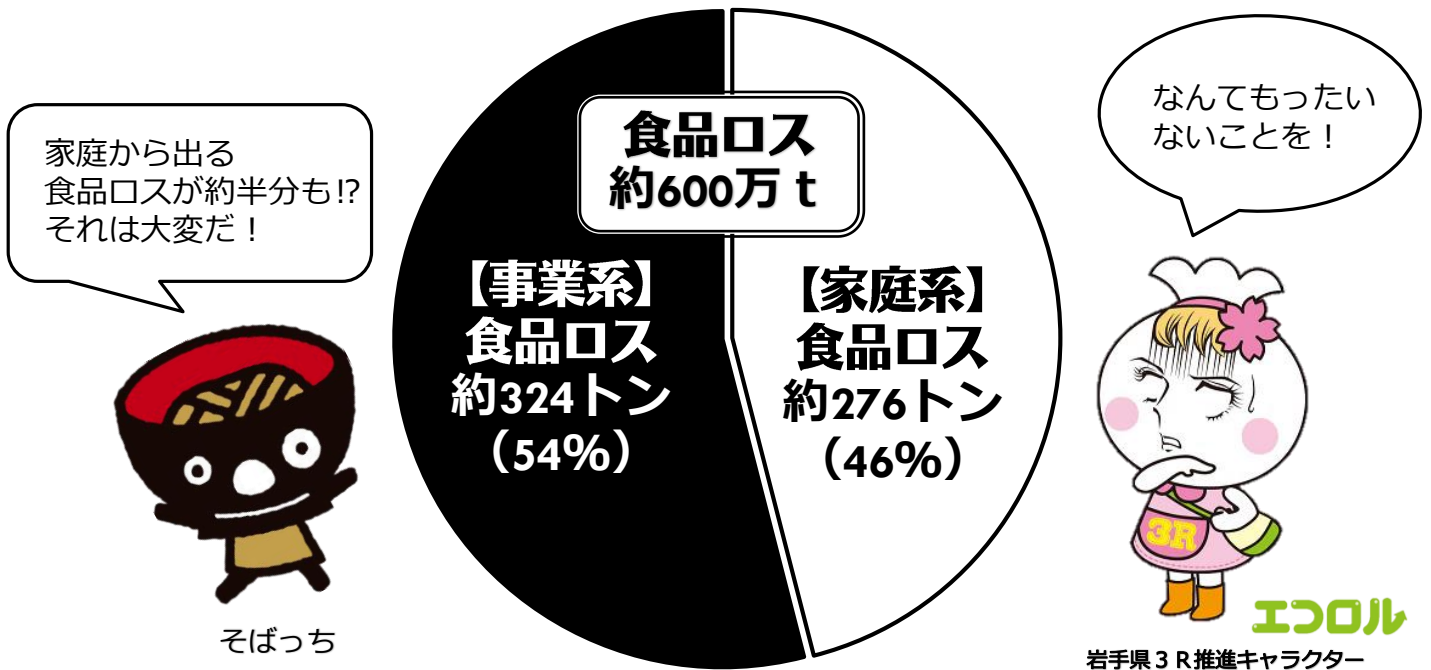
—食べ物の“もったいない”をなくす—

# 「知ろう！減らそう！食品ロス」



## 日本の食品ロス発生量は年間約600万トン

国民全員が毎日おにぎり1個分の食べ物を捨てていることに…



### 知ろう！食品ロス

#### 「賞味期限」と「消費期限」のちがい

賞味期限は【おいしく食べられる期限】  
→期限を過ぎたからといってすぐに食べられなくなるわけではありません  
消費期限は【安全に食べられる期限】  
→期限を過ぎたら食べない方がよいです  
この2つの違いを正しく認識しましょう!

#### 世界の食料援助量の1.5倍も捨てている

世界では多くの人々が深刻な食料不足により飢えに苦しんでいます。  
国連世界食糧計画 (WFP) による食料援助量は年間約420万トン。これに対して日本の食品ロスは約600万トンで、食料援助量の約1.5倍も捨てていることとなります。  
10月16日は「世界食料デー」です。この機会に食品ロスについて考えてみましょう。

### 減らそう！食品ロス

#### 空腹のまま買い物に行かない

お腹が空いたまま買い物に行くと、なんでもおいしそうに見えて、ついつい食べきれない量の食料を買ってしまい、結局食べきれずに捨ててしまったという経験はありませんか？  
買いすぎを予防するために、空腹のまま出かけないことも食品ロス削減の一步です。

#### フードドライブに協力しよう

“フードドライブ”を知っていますか？  
フードドライブとは、家庭で使いきれず余っている未使用食品を職場などに持ち寄って、フードバンクなどに寄付する活動です。  
県内のスーパーや公共施設にもフードバンクポスト(食品回収ポスト)が設置されています。  
余ったら捨てずに必要とする方へ。  
フードドライブにご協力をお願いします。