



フードロス削減を生活に

長野県上田染谷丘高校 1年 6組 氏名志田麻紘

この課題に関わるSDGsの番号

2番 飢餓をゼロに

すべての人に安全で栄養のある食料を確保する



12番 つくる責任 つかう責任

持続可能な方法で生産し、責任をもって消費する



テーマ設定の理由

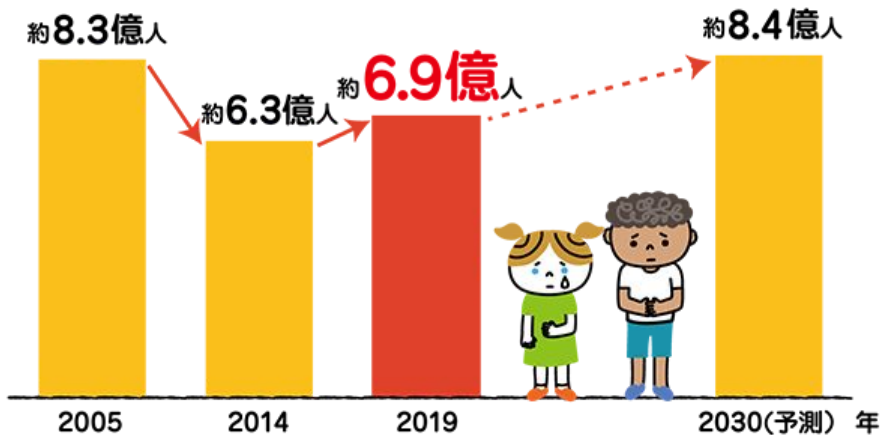
○中学生の時に部活動で環境ポスターとして**フードロス削減**についてのポスターを制作したのをきっかけに興味を湧いたため

○親が飲食関係の仕事をしているため、食べ物への関心や、料理への意識が昔からあるため



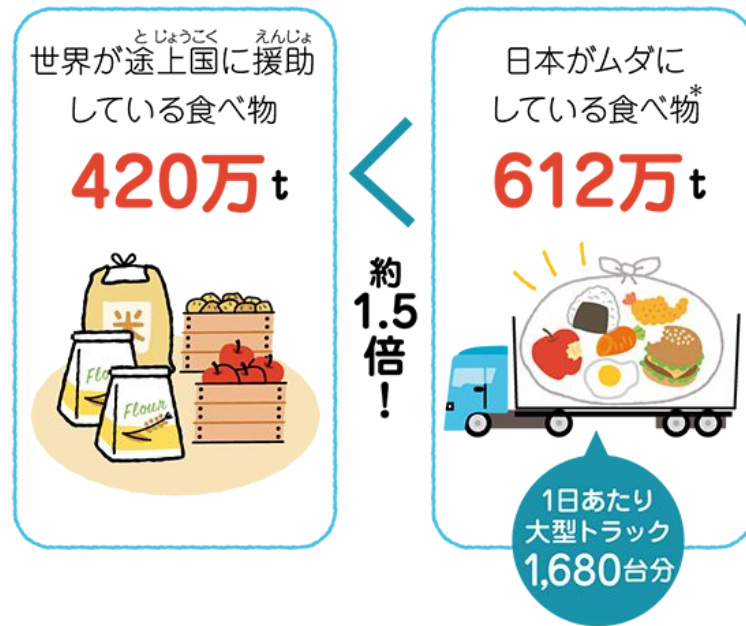
現状

世界の栄養不良の人々



2019年時点で栄養不足の人が6.9億人

世界の食料支援量と日本の食品廃棄量



日本が無駄にしている食べ物612万t

解決策

お買物編

1 買物前に、食材をチェック

買物前に、冷蔵庫や食品庫にある食材を確認する

- ▶ メモ書きや携帯・スマホで撮影し、買物時の参考にする。



2 必要な分だけ買う

使う分・食べられる量だけ買う

- ▶ まとめ買いを避け、必要な分だけ買って、食べる



3 期限表示を知って、賢く買う

利用予定と照らして、期限表示を確認する

- ▶ すぐ使う食品は、棚の手前から取る



ご家庭編

1 適切に保存する

- ▶ 食品に記載された保存方法に従って保存する
- ▶ 野菜は、冷凍・乾燥などで下処理し、ストックする



2 食材を上手に使いきる

- ▶ 残っている食材から使う
- ▶ 作り過ぎて残った料理は、リメイクレシピなどで工夫する



クックパッド消費者庁のキッチンリメイクや食材を使いきるレシピを参考にしてみましょう。詳しくは QR コードへ



3 食べきれぬ量を作る

- ▶ 体調や健康、家族の予定も配慮する



○ **必要な分**だけを買って、賞味・消費期限も無駄にしない

○ 食材ごとの **保存方法**を知り、**食べ切り**調理する

うに買い物をし、調理すると

10代からの提言

- 一人ひとりが意識することがフードロスに関わらず大切だと思う。
- 何がどのくらい必要なのか考えながら買い物をすることが世界にも、回り回って自分にも良いことなのだと思う。



感想

今までフードロスという言葉はわかっていたものの、具体的な数値や何が原因で起こっている問題なのか知らなかったため、この機会に色々なことを知れて良かった。

他の問題も、解決に向けて身近なことから始められるのか調べてみようと思った。

今回知ったことを自分の生活に取り入れようと思う。

[EduTownSDGs](https://sdgs.edutown.jp/info/goals/goals-2.html) <https://sdgs.edutown.jp/info/goals/goals-2.html>

<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201303/4.html> より引用