

食品ロスを減らす冷蔵庫収納術 冷蔵室編

冷蔵室収納 5つのステップ

ステップ1

- 冷蔵庫内の食品を「定番品」と「臨時品」の2つにわけろ。
定番品／無くなってもまた買いたいもの
 (納豆、豆腐、ヨーグルトなど)
臨時品／定期的に購入しないその他の食料品
 (いただきもの、残りものなど)

ステップ3

- 棚ごとに期限を決める。
- 期限の長い食品は、手の届きにくい一番上の棚に。
- 早めに食べたいものは目の届きやすい下の棚に。

ステップ4

- 開封済み専用ケースを作る。
- 使い忘れがないように、開封したら専用のケースにまとめておくとロスなく使いきれます。



◀開封済み専用ケース
ここにある食材から
優先して食べる

ステップ5

- ゆとりのスペースを確保する。
- 臨時品はこのスペースに。
- ここにある食材は優先して消費を心掛けるように。

ステップ2

- 定番品の定位置を決める。
- 食生活にあわせてカテゴリー分けをする。



◀取り出しやすく
しまいやすい
引き出し収納



食品ロス削減市民モニター募集

自宅の食品ロスを日記につけていただくなど、食品ロス削減に関する市の調査、広報にご協力いただける方を募集します。

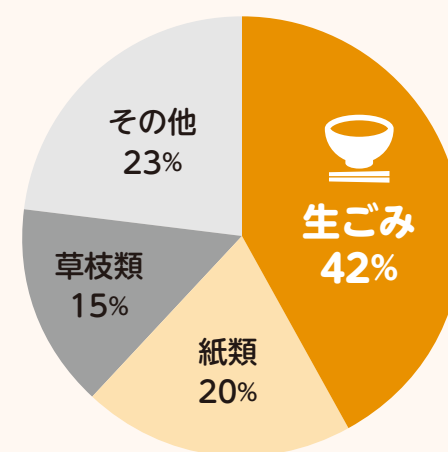
■対象／市内にお住まいの食品ロス削減やごみ減量に興味がある方

■応募期間／9月13～24日

■募集人数／30人(先着順)

■応募方法／福島市オンライン申請または、電話で

■活動内容／食品ロス削減月間である10月の1カ月間「食品ロスダイアリー」に食品ロスの日記を記入 など協力いただいた方には、エコグッズなどをプレゼントします。



▲平成30年度、令和元年度福島市組成分析より



監修／福島市食品ロス削減アドバイザー
福田かずみさん

■問／ごみ減量推進課

☎525-3744

「食品ロス」という言葉を知っていますか？「食品ロス」とは、食べ残しや売れ残りなどによって、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。本市の家庭から出る1人1日当たりのごみの量は、全国ワースト4位。そのうち、可燃ごみの中で最も高い割合を占めるのが「食品ロス」を含んだ「生ごみ」です。食品ロスの削減には皆さんの家庭での取り組みが重要です。本市では各家庭での食品ロス削減の取り組みを推進するために、冷蔵庫収納家の福田かずみさんに福島市食品ロス削減アドバイザーに就任いただきました。市政日より9月号、10月号では福田かずみさん監修の下、食品ロスの現状や削減方法についてご紹介します。

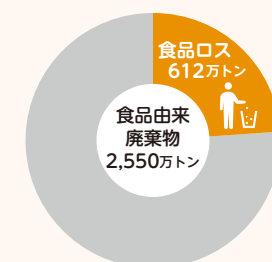


食品ロスの現状を知る

Q1

食品ロスはどれくらい出ているの？

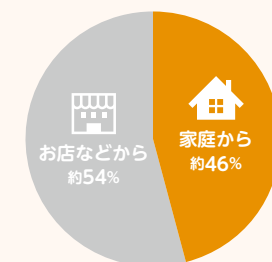
年間2,550万トンの食品由来廃棄物のうち、年間612万トンです。日本人1人当たりが毎日お茶碗1杯分のご飯を捨てている計算になります。(平成29年度農林水産省推計値)



Q2

私たちに関係あるの？

食品ロスのうち、およそ46%は家庭から出ています。「食品ロス」と聞いて恵方巻やケーキなどの季節商品をイメージされるかもしれませんが、家庭からはお店などから出される食品ロスと同じぐらいの食品が廃棄されています。



Q3

食品ロスを減らす必要はあるの？

資源の有効活用、環境への配慮などのために皆さんの取り組みが期待されています。可燃ごみは、焼却工場に運ばれ、焼却処理されます。水分を多く含む食品などの生ごみは運搬や焼却の際に多くの二酸化炭素を排出し、環境への負荷が高まります。