

おいしいふくいを食べきろう！

おいしいふくい 食べきり運動 展開中

知ってください！日本は食品ロスがこんなに多い！

食品ロス 年間642万トン (平成24年度 農林水産省推計値)

※ 食品ロス：まだ食べられるのに捨てられている食べ物。

約半分の312万トンが家庭からの食品ロスです。

家庭での1人当たりの食品ロス量を試算すると、年間で約24.6kgになり、これは茶わん164杯分のごはんに相当します。(茶わん1杯分のごはんを150gと仮定)



食べものを無駄にするのは、もったいない！

食べきり運動
キャラクターのっこさん

食品ロスを減らすために、「おいしいふくい食べきり運動」に参加し、一人ひとりができるところから始めましょう！



外食時

食べきれないと思ったときは「小盛りにできますか?」、食べられない食材があるときは、「〇〇をいれないでもらえますか?」とお店の方に聞いてみましょう。
食べきれなかった料理はお店の方に確認して、持ち帰りましょう。

お持ち帰り時の注意事項

- ・食事の持ち帰りにあたっては、必ずお店の方に確認しましょう。お店によっては、持ち帰りができない場合もあります。
- ・飲食店で提供される料理は、その場で食べることを前提として調理されています。持ち帰り後は早く食べましょう。
- ・保存する場合は冷蔵庫に入れ、食べる前に十分加熱するなど、食中毒が発生しないよう注意しましょう。

宴会時

宴会や立食パーティーなどは食べ残しが多くなります。
食べ残しを減らし、宴会を楽しく過ごすために食べきりを実践しませんか？

宴会5箇条

幹事さん
必見!!

- その1 出席者の性別や年齢などを店に伝え、適量注文に心がけましょう。
- その2 酒宴の席では、開始30分、終了10分など、席を立たずにしっかり食べる時間を作りましょう。
- その3 料理がたくさん残っているテーブルから、少ないテーブルへ料理を分けましょう。
- その4 幹事さんや司会者の方は、宴会中に「食べ残しのないように！」の声かけをしましょう。
- その5 食中毒の危険のない料理を持ち帰り用として折り詰めて注文するなど、食べ残しがない注文の工夫をしましょう。

おいしい食事を楽しみながら、食べきり運動に参加しましょう！



今日からあなたもチャレンジ! 食べきり実践チェック表

- 買い物に出かける前に、**冷蔵庫を確認**しましょう。
- ばら売り、**量り売り**を利用して必要な分だけ購入しましょう。
- 週に1回は「**冷蔵庫一掃デー**」（消費期限が近い食材を使い切る日）を設定しましょう。
- 自分が食べられる量（適量）を見つけましょう。
- 家族の予定を把握し、**必要分だけ料理を作りましょう。**
- いつも捨てていた部分を工夫して、**食材を使い切りましょう。**

食品の期限表示を正しく理解しましょう

食品の期限表示は、「**賞味期限**」と「**消費期限**」の2種類があります。

「**賞味期限**」は、「おいしく食べることのできる期限」です。この期限を過ぎても、すぐに食べられないということではありません。

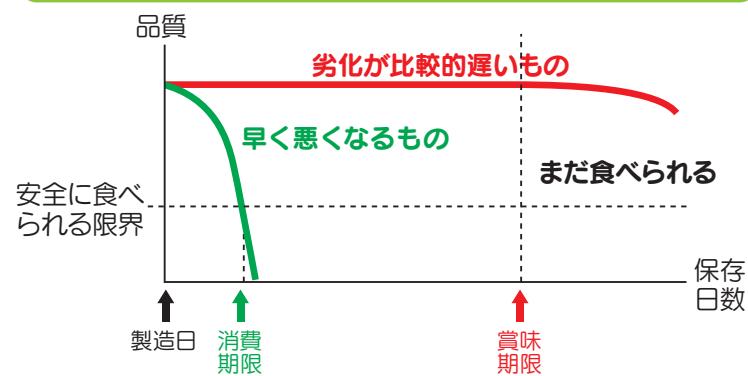
「賞味期限」食品例



「消費期限」食品例



賞味期限と消費期限のイメージ



★おいしいふくい食べきり運動ホームページ★

<http://info.pref.fukui.lg.jp/junkan/tabekiri/>

福井県 食べきり

検索



問い合わせ先

福井県安全環境部循環社会推進課

〒910-8580 福井市大手3丁目17番1号

TEL 0776-20-0317

FAX 0776-20-0679

