

食品ロス削減 + 食費の節約

○に実施する曜日を記入して、  
冷蔵庫に貼っておこう！

青森市環境保全シンボルキャラクター  
地球の王子様「エコル」



毎週 ○ 曜日は いっそう  
**冷蔵庫一掃デー**

Check!



この2つを確認しよう

- 賞味期限・消費期限が近い食べ物
- 肉・野菜・魚などの痛みやすい食べ物



レシピに悩んだら

消費者庁では、冷蔵庫に残った半端な野菜や、余ってしまったお料理などを使った、食材を無駄にしないレシピをインターネットで公開しています。



消費者庁  
食品ロス  
削減レシピ

消費者庁 食品ロス削減レシピ 検索

青森市ごみ問題対策市民会議（事務局：青森市環境部清掃管理課）  
☎017-718-1179

## お宅ではこんなことはありませんか？



消費・賞味期限内に食べられなかった



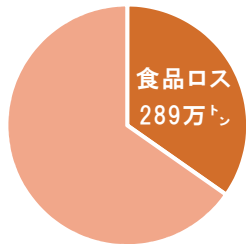
購入後、冷蔵庫や保管場所に入れた  
まま存在を忘れてしまった



必要以上に買いすぎてしまった

これは、**食品ロス**の原因トップ3です。

(農林水産省「食育に関する意識調査」R3.3より)



環境省「食品廃棄物等・食品ロスの  
量の推計値」(H30)より

日本では1年間に家庭から出る  
食品廃棄物 766万トンのうち、  
276万トン(3割以上)が、  
まだ食べられるのに捨てられた  
食品(食品ロス)です。

そこで…

## いっそう 冷蔵庫一掃デー

食べ残し、食材の使い忘れを  
減らすため、**週に一度**、  
冷蔵庫の中身を  
チェックして、  
できるだけ食べ切ろう！

