

イーコトボックス

捨てられる食べものたち

「食品ロスってそもそもなに？なぜ生まれるの？」「日本の子どもは給食を年間7キロ食べ残してるとほんと？」などといった食品ロスの現状や、多くの廃棄を生んでいる世界と日本の食糧事情がイラスト付きで解説されています。食品ロス削減に向けたヒントや具体的なアクションも多く紹介されており、これからの食への向き合い方を考えることができる一冊です。



【著者】井出 留美 【出版社】旬報社 【発行年】2020年
【ISBN】978-4-845116-41-6 【定価】1,540円(税込) 【ページ数】120

リンカイプラス

フードドライブ

フードドライブとは、ご家庭で使い切れない未使用・未開封の食品を寄付していただき、食べ物を必要としている方々に、無償で提供する活動です。臨海3Rステーションでは、米や乾麺、缶詰、飲料類がお持ち込みできるフードドライブを実施しています。寄付していただいた食品はNPO法人フードバンク福岡を通じて、福祉施設やこども食堂などに届けられます。



コンポストで、「生ごみを捨てない暮らし」はじめよう。

家庭で「食品ロス」を減らす努力はもちろん必要。でもやっぱり、日々の食事を作るとどうしても生ごみはゼロにはなりません。食べない・食べられず捨ててしまう部分も、食品と同じように栄養分があってもったいない。しかも生ごみの約8～9割が水分なので、実はごみとして出してしまうと焼却にかなりのエネルギーが必要です。これを解決してくれるのが、コンポスト。家庭でコンポストをすることで生ごみを自宅でリサイクルし、栄養を凝縮した「堆肥」で野菜やお花を育てることができます。微生物たちははたらきで生ごみが分解していくと、温度が上がったり、白カビが出たり、まるで生きものを飼っているかのように、

日々の変化を楽しむことができます。しかも、コンポストで堆肥づくりを始めると、他のごみや食品ロスが減るといった傾向もあります。臨海3Rステーションのエコ農園では、福岡市が各区で資源回収している「家庭で余ってしまった生ごみ堆肥」を活用して、野菜を育てています。肥料分は生ごみや雑草の堆肥を使い、農薬や除草剤は使いません。できた堆肥で実りを楽しめることも、コンポストを続けるための大切な視点です。コンポストで、楽しく豊かな暮



らしを。臨海3Rステーションでは、コンポストや菜園の講座を現地やオンラインで開催しています。一緒にチャレンジしてみましょう！



① 臨海3Rステーションの講座・イベント情報はここから

臨海3Rステーションでは、身近なエコに関する講座やイベントを紹介する「RINKAI NEWS」を毎月発行しています。プリントでの配布の他、公式WEBサイトでも紹介しています。ぜひチェックしてみてください！

RINKAI NEWS

最新号はここから！



福岡市 Fukuoka City Seaside 3R Station 臨海3Rステーション

〒812-0051 福岡市東区箱崎ふ頭4丁目13番42号

《WEB》 <https://rinkai3r-station.com/>

《TEL》 092-642-4641 《FAX》 092-642-4598

《休館日》 月曜日(祝日の場合は次の平日)、年末年始

《開館時間》 10:00～17:00

《アクセス》 ●地下鉄「貝塚」より徒歩約20分

●西鉄バス「リサイクルプラザ前」より徒歩約1分

●西鉄バス「高須磨町」より徒歩約10分



身近な暮らしから「環境」について考える

ECOT

イーコト

えーっ!?
それ
もったいない!

02

2021. 秋号
autumn

ちよつと

大きな環境問題に!? の食べ残しが

食品ロスって

食品ロスとは、本来食べられるにも関わらず捨てられてしまう食べ物のことです。節分商戦で売れ残った恵方巻きの大量廃棄のニュースなども記憶に新しいのではないのでしょうか。残念ながら日本の食品ロス量は、年間約600万トン。毎日大型トラック(10トン車)約1,640台分の食品を廃棄しています。食品ロスを減らすために私たちはどんなことができるのか。本誌を通じて取り組みへのヒントをお届けします。

食べられるのに、捨ててしまおう!?

日本全体で2,531万トンの食品廃棄がある中、「食べられる状態」での廃棄はおよそ23.7%に上り、経済的にも非合理的な状態と言えます。こういった状況があるにも関わらず、世界では栄養不足の状態にある人がたくさんいます。本来食べられる食品を適切に取り扱い、廃棄されることなく消費されることが必要です。身近な暮らしから環境について考える情報誌「イーコト」では、創刊第2号のテーマとして「食品ロス」を紹介し、食品ロスとは何か、そして引き起こされる問題はどのようなものか。福岡における動きやその課題解消に向けた取り組み(イーコト)と合わせて、その現状に迫ります。

食品ロスが引き起こす社会問題

●日本での食品ロスの現状

世界では食料生産量の3分の1に当たる約13億トンの食料が毎年廃棄されています。日本でも1年間に約600万トンもの食料が捨てられており、これは東京ドーム5杯分とほぼ同じ量。日本人1人当たり、お茶碗1杯分のご飯

の量が毎日捨てられている計算になります。日本での食品ロスには、スーパーマーケットやコンビニエンスストアなど小売店での売れ残りや返品、飲食店での食べ残し、売り物にならない規格外品といった「事業系食品ロス」と、家での料理の作り過ぎによる食べ残しや、買ったのに使わずに捨ててしまうことなどによる「家庭系食品ロス」の2種類があります。食品ロスを放置すると、大量の食べ物が無駄になるだけでなく、環境悪化や将来的な人口増加による食料危機にも適切に対応できません。食品ロスの削減は避けては通れない課題となっています。

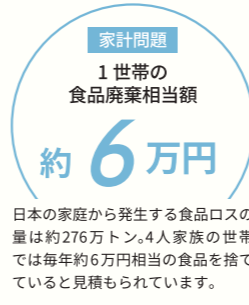
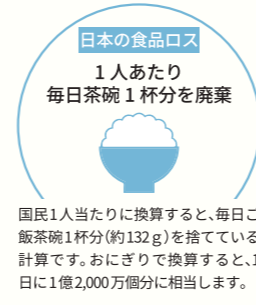
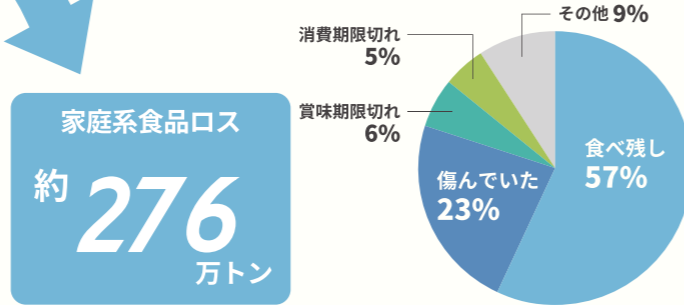
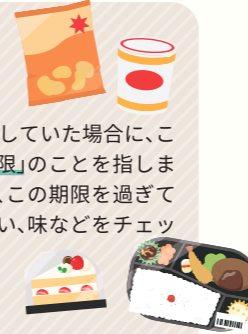
意外と誤解している!?'賞味期限'と'消費期限'の違い

●賞味期限(しょうみきげん)

袋や容器を開けないままで、書かれた保存方法を守って保存していた場合に、この「年月日」まで、「品質が変わらずにおいしく食べられる期限」のことを指します。スナック菓子やカップめん、缶詰などに表示されており、この期限を過ぎても、すぐに食べられなくなるわけではありません。色やにおい、味などをチェックして異常がなければ、まだ食べることができます。

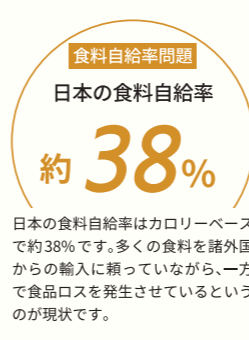
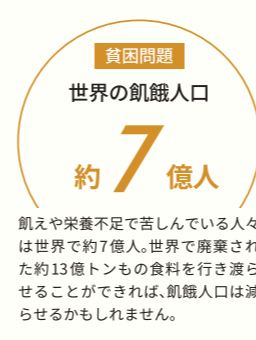
●消費期限(しょうひきげん)

袋や容器を開けないままで、書かれた保存方法を守って保存していた場合に、この「年月日」まで、「安全に食べられる期限」のことを指します。お弁当、サンドイッチ、生めん、ケーキなど、いたみやすい食品に表示されています。その食品によってもちがいますが、概ね製造日から5日以内です。表示をよく確認して、この期限を過ぎたら食べないようにしましょう。



●世界での食品ロスの現状

現在地球上には約79億人もの人々が生活していますが、途上国を中心に7億人以上(およそ9人に1人)が十分な量の食べ物を口にできず、栄養不足で苦しんでいます。その一方で、実は開発途上国でもまた、先進国と同様に食品ロスが発生しています。ただし理由は異なり、せっかく食べ物を作っても技術不足で収穫ができない、流通環境や保存設備、加工施設などインフラが整っていないため、市場に出回る前に腐ってしまうなどの理由から、やむをえず捨ててしまうことが多いようです。日本の食料自給率は先進国の中でも低く、多くの食べ物を海外からの輸入に頼っていますが、多くの食品ロスを生み出しているという状況は、社会全体で解決していかななくてはならない課題の一つです。

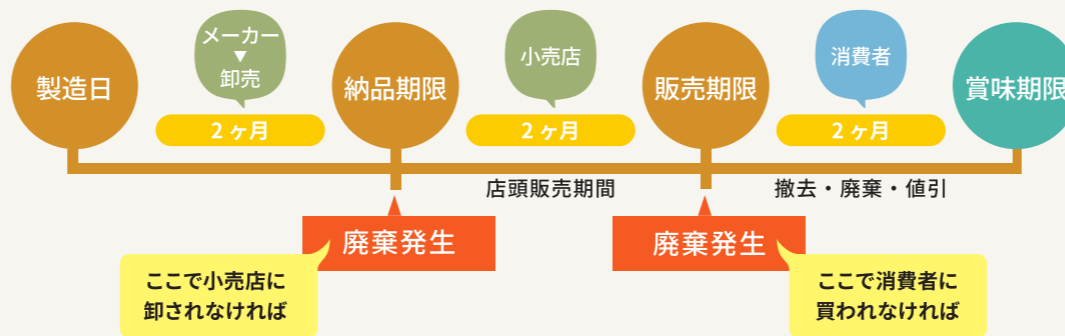


TOPICS 3分の1ルール

3分の1ルールとは、製造日から賞味期限までの合計日数の3分の1を経過した日程までを納品可能な日とし、3分の2を経過した日程までを販売可能な日(販売期限)とする商慣習的なルールです。近年は、このルールが「期限に合理的根拠はなく、食品や資源のムダにつながる」という理由から、見直しが検討され、少しずつ改善に向けた動きもあります。しかし、こういったルールの見直しには、「こんなに賞味期限が近い商品を販売しているの?」といったネガティブな印象を持たれるのではないかと、という懸念がつきまとっているのも事実です。この懸念の根幹は消費者の期限に対する意識から来るものですから、やはり私たち消費者が正しい知識を持って「もったいない」「まだ捨てるべきではない」と自ら商品进行评估・判断し、意識改革を進めることが食品ロスを減らす一番大きな力となります。

【出典】NPO法人日本もったいない食品センター

※仮に賞味期限6ヶ月の食品の場合



明日からできる Activity

週末の作り置き

我が家では、夫婦共働きがスタートし子どもが離乳食を卒業してから、日々の食事は週末の作り置きでこなす、というルーチンが続いています。週末にメニューを考えて買い物をし、主菜の仕込みと副菜を3~4品作り、週の途中で1~2品作り足す、というイメージです。ちなみに、週末の調理を指揮するのは夫の役割。私は指示通りに副菜を作るのが主な役割です。もともとは日々の家事を楽にしようと思って始めたことですが、この方法で食材を無駄にすることが減りました。またおかずは持ち越すことが基本なので、食べ残しもほとんど出ません。もし傷んでしまったものもコンポストに入れるので、食べ物をごみとして捨てる、ということが我が家からなくなりました。ごみ袋は45ℓから30ℓへ小さくなり、しかも出すのは1~2週間に1回になりました。4~5年続けていますが、ごみが少ないとこんなに気持ちラクなんだなあと、いまだに驚いています。(よそのごみ袋を見て小さな優越感に浸ることも...)ムリせず、たのしく、豊かに、が長続きする秘訣なのかもしれません。



01 「もったいない」をなくし「おすそわけ」をあたりまえに 特定非営利活動法人フードバンク福岡

フードバンクとは、まだ食べられるのに、様々な理由で処分されてしまう食品を集め、食べ物に困っている施設や人に届ける活動です。「食品ロス」と「貧困」という2つの社会課題に働きかけています。フードバンクは1967年にアメリカではじまったとされ、日本では2000年以降から活動がスタート。暮らしにもっと身近な活動となるよう、スーパーなどに食品回収ボックスが設置されるようになりました。福岡でもNPO法人フードバンク福岡がこれらの活動を展開しています。



02 みんなでフードロスゼロ! おいしい福岡エコ運動

福岡市では、飲食店・宿泊施設・小売店における食品ロス削減の取り組みを「福岡エコ運動」として推進しています。この運動に協力している飲食店等では、例えばハーフサイズメニューの導入や食べ残し削減の呼びかけ、持ち帰りの対応などをすすめています。協力店は右のハートのマークが目印です。みんなの力を合わせて食品ロスをなくしましょう!



03 捨てる常識を棄てる! もぐもぐチャレンジ

食品ロスを削減する消費者参加型の取り組みです。賞味期限・消費期限がせまっていることを知らせる「もぐにいシール」が貼ってある商品を購入すると、シール1枚につき1円分が近隣の子ども食堂への寄付などにつながり、気軽に楽しく食品ロス削減に貢献できます。ゆめタウンをはじめとする全国のスーパーで展開中なので、このマークを見つけたら、あなたもチャレンジしてみましょう。

