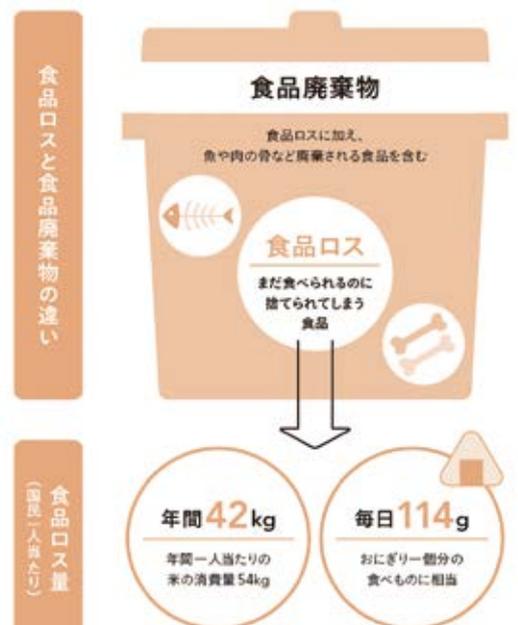




食品ロスって何だろう？

「食品ロス」とは食品廃棄物の一部で、食べ残しや売れ残り、期限が近いなどの理由で、食べられるのに捨てられてしまう食品のこと。日本では年間523万トン、一人当たり毎日おにぎり1個分(約114グラム)の食品が捨てられています。このうち半分近い244万トンは家庭から排出されています。(農林水産省及び環境省「2021年度推計」)

福岡市の家庭から出される「燃えるごみ」のうち、約3割を占める生ごみ。その中には、料理の作りすぎで発生する「食べ残し」、未開封のまま食べずに捨ててしまう「直接廃棄」、野菜の皮や茎など食べられるところまで切って捨ててしまう「過剰除去」などによる食品ロスが含まれています。家庭からの食品ロスを減らすには一人一人が**買いすぎない、作りすぎない、食べきる**を心掛けることが大切です。まずは自分の暮らしの食品ロスを見直すことから始めましょう。



(出典：消費者庁食品ロス削減ガイドブック)

“もったいない”を減らす取り組み

今すぐできる3Rで「食品ロス」を減らしましょう!

お買い物編

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



2 必要な分だけ買う

使う分・食べきれぬ量だけ買う

- ▶まとめ買いを避け、必要な分だけ買って、食べきる



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、棚の手前からとる



Reduce	必要な分を買って、作り、食べきる・使いきる
Reuse	新たな価値への転換、シェア、寄附等
Recycle	燃料や堆肥等への変換
Dispose	捨てるごみは最小限に

(出典：消費者庁食品ロス削減ガイドブック)

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・茹でるなどの下処理をして、ストックする



2 食べきれぬ量を作る

- ▶体調や家族の予定も配慮する



3 食材を上手に使いきる

- ▶残っている食材から使う
- ▶作りすぎて残った料理は、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



食品ロスは環境問題にも影響!?

食品ロスの発生は様々な問題を引き起こします。日本の食料自給率は38% (カロリーベース※令和4年度農林水産省食料需給表) と低く、多くの食料を海外からの輸入に頼っている一方で、多くの食料を廃棄しています。水分を多く含む食品の廃棄は運搬や処理に多額のコストがかかるうえ、多量のエネルギーが使われることで二酸化炭素の排出、焼却灰の埋め立てによる環境負荷も懸念されます。



(出典：消費者庁食品ロス削減ガイドブック)

西部3Rステーションでも食品ロスの削減に取り組んでいます！

フードドライブ

西部3Rステーションでは常時「フードドライブ」活動を行っています。ご提供いただいた食品は「特定非営利活動法人フードバンク福岡」を通じて、子ども食堂や福祉施設など食べ物を必要としている方々へ無償で配布されます。ご提供いただく食品は1点から大歓迎。これまで寄付の方法がわからず捨てていた食品を持ち寄り、支援の輪を広げましょう。

日時 毎日10:00~16:00※休館日を除く

場所 西部3Rステーション2階受付

対象食品 未使用・未開封のもので、賞味期限まで1か月以上あるもの。

缶詰やレトルト食品、乾物、菓子、米、飲料、調味料など常温保存可能なものに限りです。

生ごみコンポスト

生ごみコンポストは微生物の力で生ごみを分解して発酵させ良質な堆肥に変える取り組み。コンポストを始めれば燃えるごみの量も減り、生ごみの臭いからも解放されます。

生ごみ堆肥相談会を実施しています

●ふくおか環境倶楽部主催●

日時／毎月第2・第4土曜日 13:00~16:00

場所／2F啓発コーナー 参加費／無料

事前申込／不要 ※基材・テキスト購入可

環境を守るため学校でも実践中!!

中村三陽中学校コンポスト部、中村三陽高校インターアクト部のみなさんにお話を聞きました!

普段どのような活動をされていますか？

給食の残りや学校の食堂から出た野菜くずを利用して、コンポストを実践しています。温度の変化などを毎日記録しながら発酵の様子を観察し、出来上がった堆肥を使って、学校の花壇で花や野菜を育てています。

コンポストを始めたきっかけは何ですか？

SDGsなどを学んで環境保全活動に興味を持ちました。身近にあるものですぐに実践できて生ごみも減らせる「コンポスト」というものがあるのを知って、私達にもできるんじゃないかと思いコンポストを始めました。

コンポストの魅力を教えてください。

私達で給食の残りや食堂から出た野菜くずから堆肥を作りあげること、ごみを減らして環境保全に貢献できることに達成感があります。花や野菜の成長を見られ、収穫した野菜を使って調理することも楽しいです。

これからコンポストを始める方に一言アドバイスをお願いします。

最初は臭いが気になったり、毎日かきまぜる作業が大変な面もありますが、だんだん慣れてきます。家族と協力したり、相談できる人がいると長く続くと思います。



コンポストで出来た堆肥を使って育てた花





ご来館の皆さまへ

お願い 発熱、咳等の症状がある場合は来館をご遠慮ください。

西部3Rステーションでは、各種体験講座を行なっています。福岡市内にお住まいの方、通勤や通学をされている方なら、どなたでもご参加いただけます。みなさんも身近な3Rを体験してみませんか？

体験講座

すべて無料!

内容は変更する場合があります

牛乳パックで紙すき

毎日 10:30~15:30

所要時間30分程度

申込 随時



食品トレイでマグネットインテリア

毎日 10:30~15:30

所要時間30分程度

申込 随時



はぎれ(布・革)で作るストラップ

毎日 10:30~15:30

所要時間30分程度

申込 随時



身近なもので万華鏡

毎日 10:30~15:30

所要時間30分程度

申込 随時



ハーブ入りリサイクルせっけん作り

水曜日 10:30~11:30

定員 10名/日(先着順)

申込 希望日の3日前まで



体験講座の申込方法

電話、または西部3Rステーションの2階受付で直接お申込みいただくか、①体験内容②住所③氏名④年齢⑤電話番号を明記のうえ、メール(seibuplaza2@f-kankyo.or.jp)、FAX(092-882-4580)にてお申込みください。

福岡市西部3Rステーション

開館時間 **10:00-17:00**
(衣類の持ち込みは16:00まで)

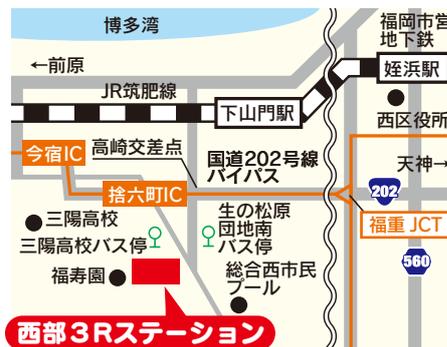
休館日 **月曜日**
(休日の場合は開館し、次の平日休館)

TEL **092-882-3190** FAX **092-882-4580**

〒819-0162 福岡市西区今宿青木1043番地の2

お越しの方

姪浜・天神・博多方面より
西鉄バス「三陽高校前」バス停より徒歩約2分
西鉄バス「生の松原団地南」バス停より徒歩約5分
[西鉄バス情報] <http://www.nishitetsu.jp/bus/>



<http://www.fukuoka-seibuplaza.com>

福岡市西部3Rステーション

検索

