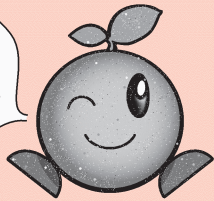


ひとつでも多く
取り組みましょう!



実践チェックリストで 「もったいない」を確認!

食品ロスを減らすためには、一人ひとりの日ごろの取り組みが欠かせません。
下記のチェックリストを参考に、ご自身の取り組みを確認してみましょう!

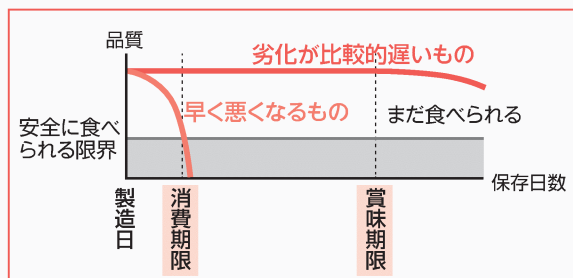
- 買い物前に冷蔵庫の在庫をチェックする
- ばら売り・量り売りなどを利用し、必要な量だけ購入する
- 商品棚の手前から購入する(極端な鮮度志向を控える)
- 購入後すぐに食べる場合は、賞味期間間近なため値引き販売されている食品等を、積極的に購入する
- 残っている食材から使う
- 「賞味期限」が切れても食材の状況を判断して使いきる
- 今まで捨てていた野菜の茎や皮を使って調理する
- 食べられる量だけ調理する
- 食卓に出たものは食べきる
- 外出時、食べられる量だけ注文し、食べ残さない

ご存知ですか? 賞味期限と消費期限の違い

賞味期限 「おいしく食べられる期限」のことで、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。賞味期限が切れてもすぐには捨てず、見た目や臭いなど、自分で食べられるかどうか確認しましょう。

消費期限 「期限が過ぎたら食べない方がよい期限」のことで、

いずれも、開封前の期限を示しています。開封したら早めに食べきりましょう!

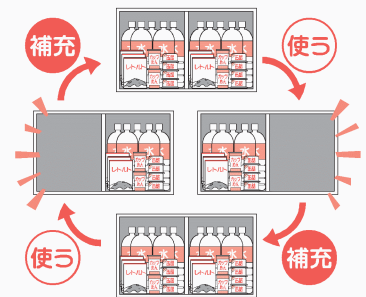


農林水産省ホームページ参照

『ローリングストック』で 無駄なく備蓄!

ローリングストックとは…

備蓄食品(缶詰、レトルト食品等)を保管する際、日常的に食べては買い足すことで、常に新しい備蓄食品が保管されていることです。



●ポイント1●

始めに、ストック食材を普段買う量より多めに買いましょう。

●ポイント2●

古いものから順に使い、ほぼ半分になったら補充しましょう。

いざという時、期限切れにならないように、ローリングストックで常に賞味期限内の備蓄食品を準備しておきましょう!



ご意見・ご感想をお寄せください。

江戸川区 環境部 清掃課 ごみ減量係 〒132-8501 江戸川区中央1-4-1
電話 03-5662-1689 FAX 03-5678-6741

R70

この広報誌は、古紙
配合率70%の再生
紙を使用しています。

