



新潟市ごみ減量  
推進キャラクター  
「サイチョウ」

新潟市の資源とごみの情報紙

# サイチョウ PRESS

vol. 55  
令和2年1月19日

推進しよう 3R

Reduce! Reuse! Recycle!

【発行者】新潟市環境部循環社会推進課

〒951-8550 新潟市中央区学校町通1番町602-1

TEL: 025-226-1391

FAX: 025-230-0660

サイチョウプレス



## TOPIC

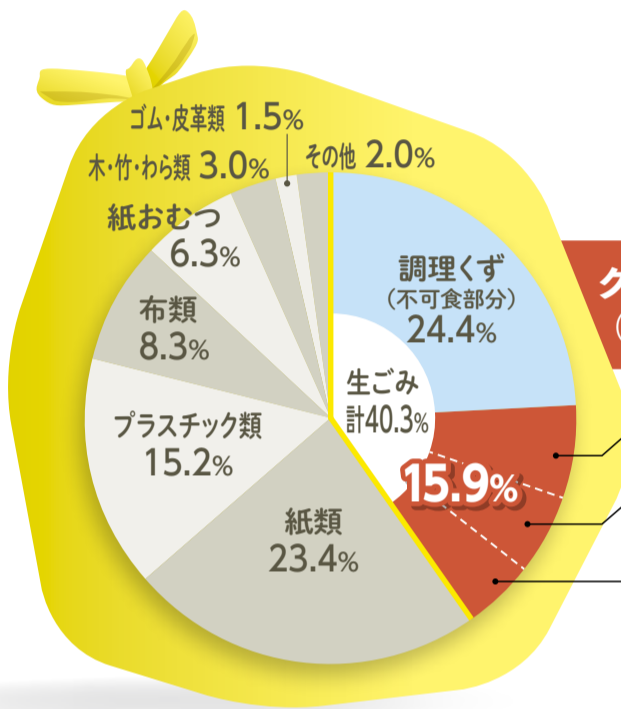
# 今日も食品が「ごみ」にされています。 減らしましょう「食品ロス」



右のグラフは、新潟市の家庭から排出された**燃やすごみ**の内訳です。(平成30年度ごみ・資源組成調査)

「まだ食べられるのに捨てられている食品」、いわゆる**食品ロス**が、全体の**15.9%**を占めています。

重量に換算すると、市全体で1日あたり**約56トン**もの食品を捨てていることとなります。



グラフの赤色の部分が「食品ロス」(食べられるのに捨てられている食品)

**食べ残し(6.1%)** | 食べ残された食品

**手付かず食品(5.2%)** | 期限切れなどを理由に、手を付けられないまま捨てられた食品

**過剰除去(4.6%)** | 調理の際に、本来なら食べられるのに除去されてしまった部分



食品ロスを減らすために、どんなことができるでしょうか。消費生活アドバイザーの**波多野千代さん**にお話を伺いました。



### 「捨てなきゃ」の前に、まずは確認を

食品を計画的に購入・消費していけば、「手付かず」のまま捨てる事態は防げるはずですが、でも時に計画が崩れ、「**パッケージに記載された期限を過ぎてしまった**」という状況もあるかもしれません。そんな時はちょっと確認してみてください。記載された期限は、次のどちらでしょう。

| 消費期限       | 賞味期限                   |
|------------|------------------------|
| 安全に食べられる期限 | 品質が変わらずに美味しく食べられる目安の期限 |

「賞味期限」を過ぎたからといって**すぐに品質が劣化し食べられなくなるというわけではありません**。缶詰など、製造日から期限までが長い食品ならなおさらです。

### 「捨てない」ために意識を改革

「賞味期限を過ぎた食品を食べるのは不安」という声を本当によく耳にします。たしかに「いつまでなら大丈夫」という明確な指針はありませんが、個々の食品のことを知り、自分の目で、鼻で、舌で確かめてみれば、**問題なく食べられるものが多いはず**です。

たとえば、卵。記載されている賞味期限は、「**生で食べられる期限**」です。そこを過ぎても、加熱すれば食べられるのです。



また、そもそも期限を超えないようにする工夫も有効です。「**2個買えばお得でも、不要なもの**

は買わない」、「冷蔵庫の中に物を詰めすぎず、容量の7割くらいにする」など、できることから取り組みましょう。

### 「手付かず食品」はきっとゼロにできる

「食べ残し」や「過剰除去」については、個々の事情により仕方がない部分もあるかもしれませんが、でも「手付かず食品」は、ひとえに私たちの心がけの不足によって発生しているものです。逆に言えば、**心がけや工夫ひとつで減らすことができるということ**。「手付かず食品廃棄ゼロ」を、私たち皆で目指していきましょう。

### 波多野 千代さん プロフィール

新潟気軽に省エネくらぶ代表。  
「個人レベルで気軽にできる環境保護活動」を提唱し、講演や講習など多岐に渡り活躍されています。

## 「もったいない」をゼロに!

にーまる いちまる ゼロ

## 「20・10・0 運動」に取り組みましょう

「**宴会開始後20分**」・「**宴会終了前10分**」は、自分の席で料理を楽しむ時間にして、宴会終了時には「**食べ残しゼロ**」を目指しましょう! 協力店・参加団体はいつでも募集しています。

運動にご協力いただいているお店や団体は、市ホームページで紹介しています。詳しくは、右の二次元コードからご覧ください。



料理を美味しく  
食べ切って、  
宴会を無駄なく  
楽しみましょう!



▲運動を周知するチラシ。  
市内随所で配布しています。

問い合わせ | 循環社会推進課 ☎025-226-1391