

おいしいふくいを食べきろう！

おいしいふくい 食べきり運動



知ってください！日本のもったいない食料事情

食品ロス 年間 **500～800** 万トン (平成22年度 農林水産省推計値)

※ 食品ロス：本来食べられるにもかかわらず、廃棄されているもの。



食べきり運動
キャラクター
のっこさん

日本の食料自給率 **39%** (平成23年度 農林水産省統計 カロリーベース)

つまり、食料の約6割を海外に依存しています。

また、食料は、土地、水、エネルギー、肥料、飼料、労働力など多くの資源を投入して生産されています。

食べものを無駄にするのは、もったいない！

食品ロスを減らすために、「おいしいふくい食べきり運動」
に参加し、ひとりひとりができることから始めましょう！

外食時

食べきれないと思ったときは「小盛りできますか？」、食べられない食材があるときは、「〇〇をいれないでもらえますか？」とお店の方に聞いてみましょう。

食べきれなかった料理はお店の方に確認して、持ち帰りましょう。

持ち帰り時の 注意事項

・ 食事の持ち帰りにあたっては、必ずお店の方に確認しましょう。お店によっては、持ち帰りができない場合もあります。
・ 飲食店で提供される料理は、その場で食べることを前提として調理されています。持ち帰り後は早く食べましょう。保存する場合は、冷蔵庫に入れ食べる前に十分加熱するなど、食中毒が発生しないよう注意しましょう。

宴会時

宴会や立食パーティーなどは食べ残しが多くなります。

食べ残しを減らし、宴会を楽しく過ごすために食べきりを実践しませんか？

幹事さん
必見!!

宴会5箇条

その1 出席者の性別や年齢などを店に伝え、**適量注文**に心がけましょう。

その2 酒宴の席では、開始30分、終了10分など、席を立たずに**しっかり食べる時間**を作りましょう。

その3 料理がたくさん残っているテーブルから、**少ないテーブルへ料理**を分けましょう。

その4 幹事さんや司会者の方は、宴会中に「**食べ残しのないように!**」の声かけをしましょう。

その5 食中毒の危険のない料理を**持ち帰り用として折り詰めで注文**するなど、食べ残しがない注文の工夫をしましょう。

おいしい食事を楽しみながら、食べきり運動に参加しましょう！

食品ロス削減のために… 家庭でできること



～おいしいふくい食べきり運動～ 実践チェック表

- 買い物に出かける前に、**冷蔵庫を確認**しましょう。
- ばら売り、量り売り**を利用して必要な分だけ購入しましょう。
- 週に1回は「冷蔵庫一掃デー」**（消費期限が近い食材を使い切る日）を設定しましょう。
- 自分が食べきれる量（適量）を見つけましょう。
- 家族の予定を把握し、**必要分だけ料理**を作りましょう。
- いつも捨てていた部分を工夫して、**食材を使い切り**ましょう。
- 使い切り、食べきを意識して**食材の保存方法を工夫**しましょう。

食品の期限表示を正しく理解しましょう

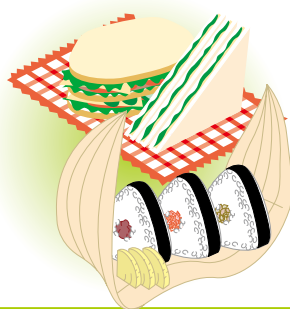


食品の期限表示は、「**賞味期限**」と「**消費期限**」の2種類があります。
「賞味期限」は、『おいしく食べることのできる期限』です。この期限を過ぎても、すぐに食べられないということではありません。

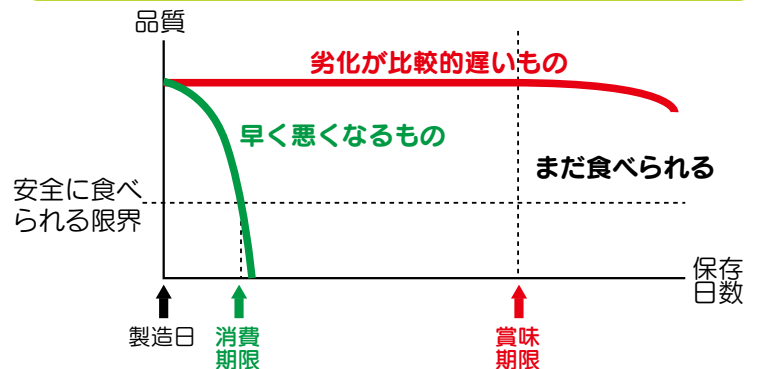
「賞味期限」食品例



「消費期限」食品例



賞味期限と消費期限のイメージ



★おいしいふくい食べきり運動ホームページ★
<http://info.pref.fukui.lg.jp/junkan/tabekiri/>

福井県 食べきり 検索 🔍

問い合わせ先

福井県安全環境部循環社会推進課

〒910-8580 福井市大手3丁目17番1号
TEL 0776-20-0317
FAX 0776-20-0679

