

めぐりと紫波

食品ロス削減のためにできること

町では、すべての町民が心身ともに健康的で豊かな食生活を実現するため「紫波町食育・地産地消推計画」を策定し進めてきました。今号では食材に対する感謝の気持ちとともに、私たちができる食品ロス削減についてのポイントをご紹介します。

買い物で食品ロスを減らす

家にあるものを確認してから買い物へ

買い出しの前に冷蔵庫の在庫を確認し、食材を買い過ぎないようにしましょう。庫内を携帯電話のカメラで撮影してから行くのもおすすめです。また、買い物の際、すぐに食べる食材は棚の手前から取る、いわゆる「てまえどり(*1)」を心がけましょう。お店での廃棄が減り、食品ロス削減につながります。

*1 消費者が食品を購入してすぐに食べる場合に、商品棚の手前にある、販売期限の迫った商品を積極的に選び購買行動のこと。



家庭で食品ロスを減らす

食べきれぬ量だけつくる

食材を切る際は、野菜の皮やヘタの周りなど、可食部を取り除き過ぎないように配慮しましょう。また、家族の体調や予定なども考慮して、食べ切れる量だけを作りましょう。食べる際は、それぞれが食べ切れる量だけを取り分けることを心がけることも大切です。

保存で食品ロスを減らす

食材に合った保存でおいしく食べきる

食材は、先に購入したもの、消費期限の近いものから使っていきましょう。食材に合った適切な方法で保存することも、おいしく食べ切るためのコツです。食べきれない量がある場合は、冷凍や下ゆでをするなどして、長持ちさせましょう。庫内の配置を工夫して在庫を見やすくすることも、廃棄を減らすことにつながります。



外食で食品ロスを減らす

食べきれぬ量だけ注文する

宴会など大勢で飲食する際は、乾杯からの30分間と終了前の10分間は席で料理を楽しむようにしましょう。〔3010運動〕飲食店ではおいしく、残さずに食べきれぬ量を注文しましょう。食べきれなかった場合は、持ち帰って家で食べることで食品ロスの削減につながります。(*2)

*2 持ち帰りできないお店や料理もあるので、お店の方に確認しましょう。



ちょっとした「心がけ」で、食品ロスを減らしましょう！



当店は
環境を守る
エコ・ショップです！

紫波町内でエコな取り組みをしている
エコ・ショップしわ認定店をシリーズで
紹介しています。

今号では「ユニバース紫波店」をご紹介します。



ユニバース 紫波店

ユニバースは地域に密着した食品スーパーマーケットとして、地域に貢献し、3Rや環境にやさしい企業を目指しています。

リサイクルボックス



ここがエコポイント!!

ユニバース紫波店店長三上一輝さんからお話を聞きました。

ユニバースでは毎月のミーティングで電気、水道の使用量を確認し、使い方のチェックをしています。店内の照明はほぼLEDに交換済みで、電気はこまめに消す、水道は流しっぱなしにしないなど従業員に周知しています。

お客様にも環境の取り組みを理解していただき、リサイクルボックスでの資源ごみの分別回収、エコパックの持参を進めてきました。店内で発生した食品残さは、肥料に加工しています。



レジ袋削減の取り組み
結果を毎月数字で見える化

ユニバースの食品リサイクル・ループ



店舗で発生した野菜や肉・魚・惣菜等の食品残さからできた堆肥を使用し生産した野菜販売に取り組んでいます。



リサイクルボックスで
資源ごみの分別回収



卒業や入学などのお祝いに
オードブルやお寿司承ります!!
ご予約はこちらへ→

ユニバース紫波店
営業時間：9時～22時 年中無休
場所：紫波町日詰字丸盛 192-1
TEL：019-671-1331

めぐりと紫波は、紫波町産業部環境課の委託事業で発行しています。