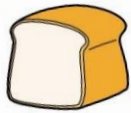


おいしく残さず食べきろう！



「家庭編」



食べものに、
もったいないを、
もういちど。
NO-FOODLOSS PROJECT

さんまる

いちまる

30・10 運動

- ・毎月10日と30日は冷蔵庫クリーンアップデーです。冷蔵庫の中をチェックし眠っている食材を効率よく使い切りましょう。
- ・「食べきり」、「飲みきり」、「使い切り」の3つの「きり」を実践しましょう。
- ・買い物の際には必要な食材のみを買うなど過度の買いだめは控えましょう。
- ・生ごみの1/3が食品ロスです。手つかず食品や野菜の食べられる部分などを上手に利用しましょう。



保存・保管のポイント

- ！・冷蔵庫に食材等を詰めすぎると冷却効率が落ち、食材等が傷みやすくなります。さらに電気代も嵩^{かさ}みます。冷蔵庫の整理整頓を心がけましょう。
- ！・冷凍保存は万能ではありません。おいしく食べられる期限を見極め、上手に利用しましょう。

大切なのは一人一人が「もったいない」を意識して行動すること。
できることから始めよう。みんなで減らそう「食品ロス」。