



わたしから始める食品ロスの削減

お家で

……期限を確認しよう！……

期限がきた…そのまま捨てないで

賞味期限

おいしく
食べることが
できる期間



消費期限

安全に
食べることが
できる期間



匂いや色など、食品の様子をよくみて判断してね！消費期限は必ず守ってね

……食材のチェックをしよう！……

冷蔵庫は日頃から整理しておこう！
買い物に行く前に
写真を撮っておくと
買いすぎないよ



……食材をムダなくおいしく 使い切ろう！……

川口市では、食品ロス削減や
ヘルシーでおいしいレシピを公開しています
ぜひご活用ください



レシピ集はこちらから



お買い物で

……必要なものを買おう！……

特売やセール品など安さにつられて、
不要なものまで買ってない？
買いすぎて結局すてて
しまわないよう
買い物は計画的に！！



……必要な分だけ買おう！……

白菜・大根・キャベツなど大きくて
使いきれないものは、小分けや
カット野菜等、必要な分だけ買おう！



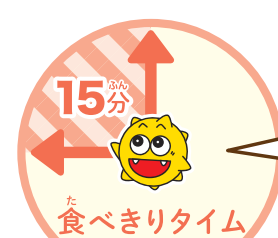
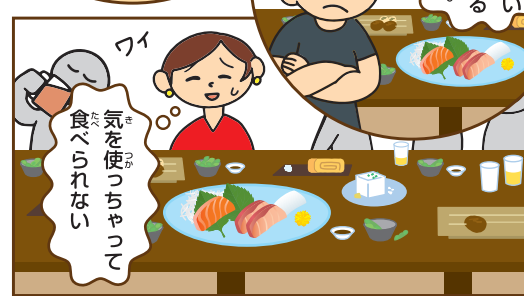
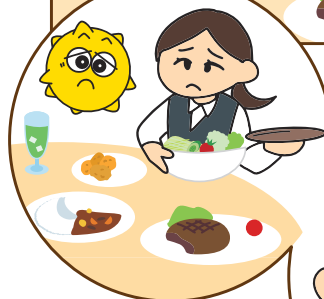
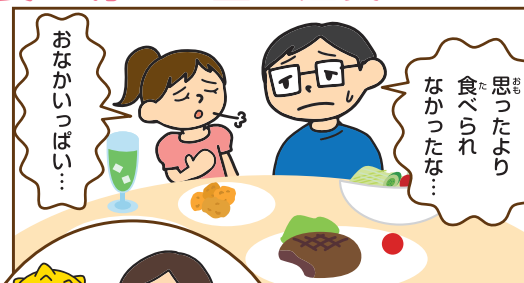
……てまえからとろう！……

すぐに食べたり飲んだり
するなら、お店から出る
食品ロス削減の
ため手前のほう
からとろう！



お店で

……食べ切れる量を注文しよう！……



料理は食べきれない量を頼もうね！
会食の最後は
食べきりタイムで
食品ロスを減らそう！