

号外編



Let's 食育



食育推進キャラクター
べん丸



寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬が近づいてきました。今年も残り数日となりました。今年も、新型コロナウイルス感染症の影響で様々なイベントが中止となり、「食育」の普及が難しい年でした。来年こそは今まで通りの生活、「食育普及」ができるようになれば良いと思います。忘年会や新年会等で外に出る機会も増える時期ですが、感染症対策はしっかりと、そして、食べ過ぎ・飲みすぎには注意して楽しく年末年始を過ごしましょう。

来年も、どうぞよろしくお願いいたします。



「おいしい食べきり」全国共同キャンペーン～環境に配慮した食育の推進～

11月末に、令和元年度の食品ロス量推計値が公表されました。元年度の食品ロス量は**570万トン**（前年比▲30万トン）、このうち食品関連事業者から発生する事業系食品ロス量は**309万トン**（前年比▲15万トン）、家庭から発生する家庭系食品ロス量は**261万トン**（前年比▲15万トン）で、推計を開始した平成24年度以降で最小となりました。

また、農林水産省は更なる食品ロス削減向け、消費者庁、環境省及び全国おいしい食べきり運動ネットワーク協議会と連携し、12月から1月まで、外出時の「おいしい食べきり」全国共同キャンペーンを実施しています。年末年始、外出する機会も増える時期ですので、ぜひ、「食品ロス（食べ残し）」削減に取り組んでいただければと思います。

外出時のおいしく「食べきり」ガイド（消費者庁・農林水産省・環境省）



1. まずは、おいしく「食べきり」を実践

●飲食店で食事をするときは

- できたての最もおいしい状態で提供された料理を食べよう
- 自分自身の食事の適正量を知り、食べきれぬ量を注文しよう
- 小盛りや小分けメニューを上手に活用しよう
- 食べ放題のお店では、無理をして皿に盛ったり、食べ残すのはやめよう



©MPC

●宴会の際には

- 幹事や主催者は、参加者の嗜好や年齢層、男女比を考えながら食べきれぬ量に配慮してお店やメニューの選択をしよう
- 料理を楽しんで食べる時間を作ろう

「3010運動」をご存じですか？

乾杯後30分、お開き前10分は自分の席で料理を楽しむことで、食べ残しを減らすことができます。



2. 食べきれずに残した料理の「持ち帰り」は自己責任の範囲で

- 持ち帰りは十分に加熱された食品で、帰宅後に再加熱が可能なものにし、食べきれぬ量を考えてしよう
- 自ら料理を詰める場合は、手を清潔に洗ってから、清潔な容器に、清潔な箸などを使って入れよう
- 料理は、暖かい所に置かないようにしよう
- 時間が経過すると食中毒のリスクが高まるので、帰宅までに時間がかかる場合はやめよう
- 持ち帰った料理は、帰宅後できるだけ速やかに食べよう
- 中心部まで十分に再加熱してから食べよう
- 見た目やにおいなどが少しでも怪しいと思ったら、食べないようにしよう



令和3年
12月発行