

# みんなで減らそう食品ロス

## 食品ロスってなんだろう？ 私たちにできることってなんだろう？



### 食品ロスってなに？

食品ロスとは、まだ食べられるはずの食べ物が捨てられてしまうことを言います。

☆☆☆

### どうして食品ロスって起きてしまうの？

必要以上に食べ物を買ってしまった、嫌いな食べ物を残してしまった、いつの間にか消費期限が過ぎてしまったなど、その理由はたくさんあるんです。

☆☆☆

### どうしたら、食品ロスを減らせるか考えよう！

もうすぐ消費期限が来てしまう食べ物がないか？  
ぜひ家の中を観察してみてください。

### 手つかずの食品を減らそう！

「冷蔵庫クリーンデー」を作って、食材をムダなく使用する。期限が切れる前に消費し、消費したものを買い足すだけで食材のロスを減らせます。

## STEP 1

### フードドライブ

集める (一般家庭、学校、職場など) → フードバンク (NPO団体など) → 届ける (必要とする方々へ)

豊島区では、ご家庭で余っている食品を提供いただき、豊島区民社会福祉協議会を通じて区内の子ども食堂や食品提供を必要とする方々にお渡ししています。

豊島区で受付している窓口  
 ○受付窓口…豊島区役所 本庁舎6階 環境政策課、豊島清掃事務所、東部・西部区民事務所  
 ○時間…いずれも午前8時30分～午後5時  
 (日曜日、祝日、年末年始を除く。豊島区役所本庁舎、東部・西部区民事務所は土曜日を除く)  
 ※お預かりできる食品についてはお問い合わせください。

### エコのわスタイル

エコのわスタイルは、環境をテーマに区民や区内の企業、団体の活動や想いを紹介します。

## フードドライブからつながる“わ”



### NPO法人豊島子どもWAKUWAKUネットワーク

豊島子どもWAKUWAKUネットワークは、豊島区で4か所の子ども食堂の運営や学習支援などを行っているNPO法人です。近年は食品ロス削減のための取り組みとして、ひとり親世帯への食品の宅配などの活動を行っています。理事長の栗林知絵子さんにお話を伺いました。

### この活動はどうやって始まったの？

今の食品ロス削減の取り組みが始まる前は、夏休みや冬休みの期限限定で、食材が必要なご家庭に“宅配”をする形で行っていました。その後、こども食堂サミットというイベントにて、“パントリーピックアップ”つまり、食材をこちらから届けるのではなく、“受け取りに来てもらう”という仕組みを知り、地域の子ども食堂さんとも連携をして活動を始めることになったんです。

### 現在の食品ロス削減の取り組み状況

毎月およそ300世帯からお申し込みがあり、実際に取りに来て頂く形か、配達でお届けする形かを選択できる仕組みになっています。

## STEP 2

### ローリングストック

備蓄用の食品や加工品を少し多めに買って置き、消費期限が近いものから消費して、減った分を新しく補充していくことで、常に一定量の食品を家庭に備蓄しておく方法をローリングストックと言います。

### 保存用ビスケットでティラミスを作ってみよう！

<材料・分量>2人分  
 保存用ビスケット…75g  
 コーヒー液(コーヒー粉末…大さじ2 お湯…180ml 砂糖…大さじ1)  
 クリームチーズ…130g 生クリーム…130g 砂糖…40g 純ココア…適量 ミントの葉…適量

引用元:農林水産省 東海農政局での災害用備蓄食品活用の普及レシピ  
<https://www.maff.go.jp/tokai/shohi/seikatsu/heyra/rental/saigairesipi.html>

<作り方>  
 1 ビスケットを手で細かく割って、コーヒー液がしみわたるまで(20分程度)浸す。  
 2 常温に戻したクリームチーズをなめらかになるまで混ぜる。  
 3 生クリームに砂糖を加え泡立てる。  
 4 2に3を加え混ぜる。  
 5 容器に1のビスケットを敷き、その上に4をのせる。(ビスケット→クリーム順に層になるよう繰り返す)  
 6 仕上げに、純ココアをふるいにかけながらかけ、ミントの葉をのせる。

## STEP 3

### まだまだ減らせる食品ロス

保存の知識や作りおきの活用、買い物の方法、簡単なことから食品ロスは減らせます！

- 保存の知識があると食材をムダにしません。生のまま冷凍できる野菜もあります。
- 家庭で作りおきができれば、まとめ買いもお得です。作りおきは傷みやすいものから食べましょう。
- 買い物をした日に食べる予定の食品や飲料などは、賞味・消費期限が迫った商品が並ぶ「手前側」から購入しましょう。

区ホームページでは、食品ロス削減啓発用冊子「食品ロスをなくそう!」でさらに詳しく紹介しています。  
<https://www.city.toshima.lg.jp/151/1905011332.html>

### 今後の活動について

地域から食品を受付する仕組みや、提供する場所等々まだまだ課題がありますが、身近なところで助けあい、私たちや皆さんが出来ることをすることで一緒に持続可能な社会を目指していきたいです。

### 新型コロナウイルス感染防止と人々の助け合い

2020年2月末、新型コロナウイルスの影響により、政府から休校宣言が発表。直後にアンケートを実施したところ、給食の代わりに各ご家庭で食事の対応をせねばならず、身体的にも経済的にも大きな打撃を受けたご家庭が少なくないことが分かりました。感染防止のために受取から配達への切り替えや地域の方々の協力もあり、神社や施設の屋外を利用していただくことで、活動が継続出来るようになりました。様々な企業や地域、ボランティアの方々の助け合いによって、現在も活動を続けています。

仕分け作業は老若男女、様々なボランティアの方々のサポートで行われます。

様々な企業からご寄付いただいた食品をリストにして仕分け作業