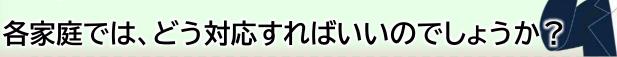


ごみの処分にたくさんのエネルギーを使い、 温室効果ガスも排出するなど、環境にも悪い





日本の1年間の食品ロスは、472万トン! この量は、一人ひとりが毎日おにぎり 1個を捨てているのと 同じことになり ます。



\*食品ロスを減らすには?

知っていますか「3ないルール」

## 買いすぎ<u>ない</u>!

作りすぎ<u>ない</u>!

| もったい<u>ない</u>!

・買い物前に、家にある食材を チェックし、必要な分だけ買う。

- ・お店の食品棚の手前からとる。
  - ・調理の際は食材を上手に使い切る。
  - 食べきれる量を作り、盛り付けし、食べきる。

