

食品ロスなくし隊

みなさんのチャレンジをご紹介します！

10月の食品ロス削減月間に「なごや食品ロスなくし隊」のみなさんが実践したチャレンジの一部です。



1 食事はおいしく残さず食べよう！

チャレンジのしやすさ 2.8 続けやすさ 2.8 おトク感 2.5 削減量 2.7

メニュー評価

感想

食べられる分だけ食事を作ったり、残った分は翌日のお弁当に入れたり、リメイクして次の食事を使うなど工夫し、食べ残して処分することをなくしました。ごみも出ずにスッキリです。

(ぺんたろうさん)



普段食べ残しが多いのですが最近は頑張って食べています！

(もこさんさん)

コロナ禍をきっかけに職場へお弁当を持参するようになりました。おかずは夕飯の材料の残り物を使っています。そのおかげで冷蔵庫が空になる日が増えました。当たり前のことかもしれませんが当り前のことを続けていこうと思います。

(コロちゃんさん)



3 てまえどりを意識しよう！

チャレンジのしやすさ 2.8 続けやすさ 2.8 おトク感 2.7 削減量 2.6

メニュー評価

感想

環境にもお財布にも優しい取り組みにあっては！子どもに見切り品を食べさせるのはどーかなと今までは躊躇していましたが、でも実際は味も中身もそのまま！意外にも子どもが（シールが貼ってある）楽しく取り組んでおりました。がぜんママとしてはやる気がみなぎりました。

(げんまいまいさん)



いつも賞味期限が長い商品を取っていましたが、今回てまえどりを意識してみました。意外に賞味期限以内に使い切るものばかりで、今までスーパーや生産者さんに申し訳ないことしていたなと反省しました。これからも、てまえどりを意識します。

(らどさん)



5 余った食品はフードドライブへ！

チャレンジのしやすさ 2.6 続けやすさ 2.4 おトク感 1.9 削減量 2.4

メニュー評価

感想

フードドライブへ持っていく準備をしています！家の食品ストックの期限を見直す機会にもなりました♪

(ユキさん)



はじめてチャレンジするハードルが高かったのですが、一度フードドライブを行ってみるとすごく簡単で食品ロスの削減にもなるし、だれかのためにになるので、よい取り組みだと思いました。

(ペンネームなしさん)

フードドライブをCHECK ▶▶▶



ご家庭で余った食品をまとめて寄付！



2 食べきれる量を注文しよう！

チャレンジのしやすさ 2.7 続けやすさ 2.7 おトク感 2.5 削減量 2.5

メニュー評価

感想

お店でいつも多めに注文してお腹いっぱいになるので、少なめに注文し、足りなければ追加するという方式にしました。身体にも財布にも優しい取り組みができました。

(ななっちゃんさん)



麻婆豆腐定食をなんとか食べきりました！

(バカボンさん)

初めて食べたメニューのライスが多かったので、持ち帰れるかたずねるとOKとのこと。持ち帰って自宅の夜ご飯で食べました。食べ残しゼロ嬉しかったです。

(ペンネームなしさん)

食品ロス削減に取り組む飲食店等を利用しよう！

「食べ残しゼロ協力店」をCHECK ▶▶▶



4 フードシェアリングサービスを活用しよう！

チャレンジのしやすさ 2.2 続けやすさ 2.6 おトク感 2.8 削減量 2.6

メニュー評価

感想

はじめてフードシェアリングサービスを利用しました。たくさんの美味しいパンが安く買えるうえに食品ロスも減らせてとてもよい取り組みだと思います。

(ロスたろうさん)



仕事帰りにレスキューして帰っています！食品ロスが減る。ごみが減る。家計に優しい。三方良しです！

(良さん)

食事をレスキューできる！フードシェアリングサービス

TABETEをCHECK ▶▶▶



6 我が家のオリジナル食品ロス削減メニュー！

感想

冷蔵庫に入っている賞味期限・消費期限が切れそうな食材を使い切れるように、SNSで#〇〇レシピで検索して、同じ食材を使って何種類の料理を作りました。「消費するため」と考えるのではなく「〇〇パーティー」と考え、その食材に囲まれた食卓を楽しむような感じで食品ロスを防ぎました。

(さけちゃんさん)



冷蔵庫の中の配置ルールを決めて、古い食べ物から順に使っていくことで、手付かずの廃棄をしません。

(龍さん)

我が家の定番は野菜カレーです。トマトやピーマンの余った端や使いきれなかった野菜を細かく切ってカレーにしちゃいます♪毎回何かが違うので少しずつ味が違って飽きない美味しさです。大体冷蔵庫の中身が少なくなってくる木曜日や金曜日に作る事が多いです。美味しく食品ロスを減らせるので一石二鳥の献立です。

(ぴこちゃんさん)



※各チャレンジのメニュー評価はご参加いただいた皆様の平均値になります。また、紹介にあたり、応募いただいた感想の一部を編集させていただいています。

そのほかの食品ロスなくし隊のみなさんのチャレンジや「⑥我が家のオリジナル食品ロス削減メニュー」は市ウェブサイトをチェック！

主催

2R 推進実行委員会（名古屋市環境局ごみ減量部資源化推進室）

名古屋市

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

12

つくる責任
つかう責任

