



家庭系

46%

(276万トン)

日本における
食品ロスの原因

事業系

54%

(324万トン)

出典：“食品ロスとは” 農林水産省.2021-11-11



SDGsと 食品ロス

2030年までの達成を目指して、持続可能な開発目標 (SDGs) が示され、各国や地域で積極的な取り組みが進められています。

国は事業系食品ロスおよび家庭系食品ロスを、2030年度までに2000年度比で半減させる目標を設定しています。

食品ロスは、SDGsの目標のうち、「12」に該当します。



半分が家庭から出る食品ロス
日本での食品ロスの原因は、大きく分けて2つあります。
1つは、スーパーマーケットや

食品ロスの削減は、世界でも避けて通れない喫緊の課題となっています。

に拍車がかかることとなります。

余った食べ物が可燃ごみとして処分される際に二酸化炭素(CO₂)を排出したり、将来的な人口増加に伴って、食品が不足し貧困に拍車がかかることとなります。

それだけではありません。

「食品ロスって、まだ食べられる食品を捨てるのがもったいないから減らさなきゃいけないでしょ?」

そうした声も聞きますが、実は

「食品ロスって、まだ食べられる食品を捨てるのがもったいないから減らさなきゃいけないでしょ?」

なぜ食品ロス削減が必要?

「食品ロスって、まだ食べられる食品を捨てるのがもったいないから減らさなきゃいけないでしょ?」

す。

次ページからご案内していきます。

ことはどんなことでしょうか。

では、私たちが具体的にできる

ことができるのです。

食品ロスの半分以上を削減すること

私たちが一人ひとりの心がけで、

られています。

「家庭系」食品ロス(276万トン)といわ

れられています。

もう1つは、家での料理の作り

過ぎによる食べ残しや、買ったの

に使わず捨ててしまうこと、料理

時の皮のむき過ぎなどの「家庭

系」食品ロス(276万トン)といわ

れられています。

コンビニエンスストアなどの売

れ残りや返品、飲食店での食べ残

し、売り物にならない規格外品と

いった「事業系」食品ロス(324万

トン)。

もう1つは、家での料理の作り

過ぎによる食べ残しや、買ったの

に使わず捨ててしまうこと、料理

時の皮のむき過ぎなどの「家庭

系」食品ロス(276万トン)といわ

れられています。

“実践力を、習慣に”



かがわあきお
香川明夫さん

女子栄養大学および女子栄養大学短期大学部学長。保健学博士。2016年に学長に就任。豊富な栄養学の知識を生かした取り組みは多方面で高い評価を受けている。

家庭からの食品ロスが多い原因の1つに、家で食べる機会が増えたことがあげられます。そうすると、買い物時にどれだけの量を買っていいかわからず、買いすぎてしまって余らせる...ということが起きてくるわけです。

世界では全ての人々が食べるのに十分な食料が生産されているにもかかわらず、9人に1人が飢餓状態にある状況です。そんな中、日本の食料自給率は37%。あとの63%は海外からの輸入に頼っています。それにもかかわらず大量の食品ロスを発生させている現状、世界の人はどう思うでしょう。

食品ロスを減らすためにできることは多くあります。例えば本学では、埼玉県と連携して食品ロス削減冊子の発行や、短大の教員による食品ロス削減レシピの作成など、さまざまな取り組みを実施しています。

思うに大切なのは、一人ひとりが適切な量を買うよう心がけ、実践することです。そして、それを習慣づける事ではないでしょうか。

食品ロスのうち、約半分は家庭から出ているということは、私たちの行動で、減らせる量がそれだけ多いということです。一人ひとりが実践し、習慣づけるだけで、食品ロスの現状は大きく変わります。

作ってみませんか?
食品ロス削減レシピ

なすとかぶのごまみそあえ



女子栄養大学考案のさまざまな食品ロス削減レシピが、埼玉県のホームページで紹介されています。

