

# 暮らしネット Kochi

2017年度  
第3号

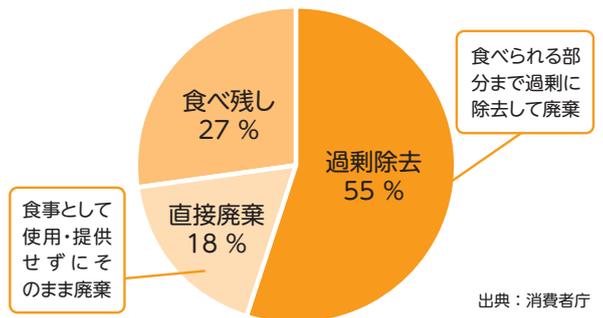
## もったいない!!食品ロスを減らそう!

まだ食べられるのに捨てられている食べ物、いわゆる「食品ロス」は、日本で年間約**621万トン**（※1）にもものぼり、日本人1人あたり**お茶碗1杯分**の食べ物を毎日捨てていることとなります。

これは、世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた、世界の食料援助量約320万トン（※2）を大きく上回る量です。

（※1）平成26年度 環境省推計 （※2）平成26年 国連WFPによる援助量

### 家庭における食品ロスの内訳



### 食品ロスの問題点

- 日本の食料自給率は約4割、残りの約6割を輸入に頼っているにもかかわらず、食べられる食料を大量に捨てている
- その一方で、世界では約8億人（9人に1人）が栄養不足の状態にある

## 食品ロス削減のために私たちにできること

### <家庭編>

- 冷蔵庫の中をチェックしてから買い物に行く
- 買ったものは計画的に使い切る
- できるだけゴミが出ない方法で調理する など

### <外食編>

- おいしく食べきれる量を注文する
- 宴会などでは食事に集中する時間をつくる など

## 知っていますか？ 3010（さんまるいちまる）運動

「3010運動」は、宴会時の食べ残しを減らすための取り組みです。

- 乾杯後30分間は席を立たずに料理を楽しみましょう。
- お開き10分前になったら席に戻って、再度料理を楽しみましょう。



## クイズで学ぼう! お金のイロイロ (問い)

知るぽるとHP「くらさんクイズ」より  
※金融広報中央委員会の広報誌「暮らし塾 きんゆう塾」から出されたクイズです。



知るぽるとキャラクター  
矢口一海(矢口家の長女)

Q. iDeCo(個人型確定拠出年金)には、税制の優遇メリットがあるので、年齢や職業、子どもの有無を問わず、誰でも掛金の上限までiDeCoを活用するのがよい。

①正しい ②誤っている

答えは次のページ⇒

高知県金融広報委員会は、中立公正な立場から、暮らしに身近な金融に関する幅広い広報・学習支援活動を行っている団体です。

## 知るぽると

www.shiruporuto.jp  
高知県金融広報委員会  
(事務局 日本銀行高知支店総務課内)

TEL:088-822-0114

ホームページ

高知県金融広報委員会

検索