

～おうちでいただきますの日～

毎月19日は「食育の日」、第1日曜日は「ファミリーコミュニケーションの日」

おいしく！おかわり！いきいき！そだつ！10月号

食品ロスについて考えてみよう～10月は食品ロス削減月間です～

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。食品ロスには、飲食店や製造業などの事業活動に伴って発生する「事業系」と家庭での調理や食べ残しで発生する「家庭系」に分けられます。現在、日本の食品ロスの半分以上が家庭で発生しています。

★家庭で食品ロスを減らす3つのポイント

買いすぎない、作りすぎない、食べ残さない

料理が残ってしまう場合は、別の料理にアレンジするなどして最後までおいしく食べきりましょう。ご家庭で「家ではどんなことができるかな？」と話すことも食への関心を高めるきっかけにつながります。

