

重点課題4 食の循環や環境を意識した食育の推進

見て、知って、考えよう 食べものが私たちに届くまで

日本の食料自給率（カロリーベース）は約4割。残りの6割は海外からの輸入に頼っています。また食べ物は、生産、加工、流通と多くの人々の苦勞や努力に支えられて食卓にたどり着きます。食べ物の背景を考えることで、ふだん忘れがちな食べ物への感謝の気持ちを改めて考えることができます。そしてそれが、食品ロス削減にもつながるのです。

こんなことはありませんか？

Check!

その日食べきる予定であっても、賞味期限や消費期限の長いものをついつい選んでしまう

冷蔵庫の中で食べものを腐らせてしまうことがよくある

賞味期限が過ぎたものはすぐに捨てている

状況によっては食べ残してしまうことが多い

食品の産地にはあまりこだわらない

これまで農林漁業体験をしたことがない



食の循環への意識が 環境に配慮した食生活の実践に

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられた食品のこと。日本におけるその量は、年間642万トンにも及びます。うち、312万トンが一般家庭から出ており、これを一人あたりに換算すると、なんと一年間で24.6kgの食料に相当するのです。食品ロスを削減し、環境に配慮するには、「もったいない」という意識が不可欠。それには、食の循環について知ることも大切です。

Point

食料の生産から消費までの一連の食べ物の循環を私たち一人一人が意識しながら、食品ロスの削減等環境にも配慮していけるよう、食育を推進します。

こんな取組があります

知っていますか？ あなたの地域の地場産物

産地を意識することは、その地域のことや、地域の自然、食文化等の理解を深めることにつながります。また、生産者や生産過程を知ることで、食べ物への感謝の気持ちを抱くきっかけにもなります。まずは、今住んでいる地域の地場産物を知り、食べることから始めてみませんか。

家計の改善にもつながるかも！ 家庭でも食品ロス対策を

食べ物を無駄にすることは、お金を無駄にすることにもなります。「買い物の前には冷蔵庫の在庫チェックをする」「適切に保管し賞味期限や消費期限の短いものから食べる」「作りすぎないように気を付ける」など、「もったいない」という意識を持ってふだんから食生活を考えるようにしましょう。

もっと詳しく知りたい >>> 「食べもののムダをなくそうプロジェクト」(消費者庁)

みんなで楽しめる社会科見学！ 生産の現場に行ってみよう

農林漁業体験に参加して生産者と交流したり、工場見学で食品の加工や流通に触れると、食べ物をより身近に感じられるようになります。体験の場や機会は全国各地に広がっていますので、大人も子供も積極的に参加してみてください。

もっと詳しく知りたい >>> 「農林漁業体験の推進」(農林水産省)

残さず食べよう！30・10運動

平成23年に長野県松本市で始まった取組「【おそとで】残さず食べよう！30・10運動」が、全国各地に広がりを見せています。これは、飲食店での食べ残しを減らすため、乾杯後の30分間とお開き前の10分間は席について料理を楽しもうというものです。食品ロス削減のために、ぜひ実践していきましょう。

注文の際に適量を注文しましょう。
乾杯後30分間は席を立たず料理を楽しみましょう。
お開き前10分間は自分の席に戻って、再度料理を楽しみましょう。



30・10運動のコースター

生産者と消費者をつなぐ情報誌

「東北食べる通信」は、東北の生産者の生き様や生産現場の物語、食べ物をセットにした定期購読誌です。食材の背景やそのありがたみ、これからの食のあり方などについて考えるきっかけとなったり、地方の生産者と都市の消費者を、情報を介してつないでいます。今、全国各地で26の「食べる通信」が刊行中です。

平成28年3月現在



ホームページ

<http://taberu.me/>