



# やってみよう、 てまえどり!

青森県の食品ロス削減に  
みんなでチャレンジ!



食品ロス削減キャラクター  
「ゴミヘルズ」



すぐに食べるなら

ためらうことなく

スウーっと手前のモノを選ぶ

『てまえどり』。

それは小さいようで、大きな選択。

食品ロスをグッと減らして

未来をGOODにしてくれます。

期限切れで処分されてしまう「食品ロス」を減らすために。

ああ、もったいない。食品ロスを減らしたい。

まだ食べられるのに捨てられてしまう「食品ロス」。その現状はひとり1日当たり、ご飯茶碗1杯分、年間だと約41kgといわれています。もったいないですよ！その発生要因をみると、食品小売店の場合、約95%が「期限切れ」。つまり、買い方の工夫で改善できる可能性があるのです。

## 日本の食品ロスの状況

国民1人当たり食品ロス量

1日で約113g

||

ご飯茶碗約1杯分に相当

年間では約41kg

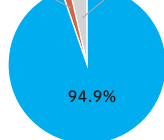
||

年間1人当たりの米の消費量(約53kg)に近い量

資料：食品ロス及びリサイクルをめぐる情勢(令和4年6月時点版 農林水産省)

## 食品ロスの発生要因 (令和元年の青森県の状況)

1.6% 3.5%



食品小売業

消費・賞味期限切れ  
食べ残し  
その他

資料：青森県事業系食品ロス実態調査

消費期限と賞味期限の違いって？

消費期限は安全に食べられる期間の目安。賞味期限はおいしく食べられる期間の目安。期限が過ぎると小売店は商品を処分することになるので、食べるタイミングを考えて、できるときは順番に購入したいものですね。

消費期限 = 安全に 食べられる期間の目安

賞味期限 = おいしく 食べられる期間の目安

簡単エコ作法、てまえどりをしよう！

実は小売店では多くの場合、期限が近い商品が棚の一番手前に並んでいます。だからそのまま手前のものを買うことが食品ロス削減には理想的で、その行動こそが「てまえどり」なのです。買ってからすぐに食べるものなら、期限を気にする必要はありませんよね。ぜひ、てまえどりを！

