



美子さんの減量テク

- ① まず生ごみの水切りは必須やね!
- ② それと店頭回収はよく利用してんで!
- ③ マイ箸・マイボトルは持参するようにしてるわ!
- ④ お菓子の紙箱は燃やすごみには出さへんで!
- ⑤ やっぱ「もったいない」の気持ちが一番大事やね!

食品ロスとは、日々の何気ない行動で防ぐことができます!

- 1 野菜の皮を多く剥いてしまうなどの「過剰除去」
- 2 大皿料理で遠慮した最後の一口や、作り過ぎた料理が結局残ってしまう「食べ残し」
- 3 食材をたくさん買って手を付けずに捨ててしまう「直接廃棄」

食品ロスは、日々の何気ない行動で防ぐことができます!

