



にほん ねんかん で
日本で1年間に出る
しょくひん りょう
食品ロスの量は
どれくらい?

- ① 約6万トン
- ② 約600万トン

こた 答え ②
ねん にほんじん ひとり やく
1年で、日本人1人あたり約50キロ
しょくひん ほっせい
の食品ロスが発生していること
なるよ。

にほん にち で しょくひん
日本で1日に出る食品
りょう おおがた
ロスの量は、大型トラック
しゃ なんだいぶん
(10トン車)何台分?

- ① 約17台分
- ② 約1700台分

こた 答え ②
ねん やく まん
1年では約600万トン(ナゴヤドーム
ごぶん しょくひん で
3.5個分)の食品ロスが出ているよ。

ただ
正しい?それともまちがい?
しょくひん みせ
「食品ロスはお店から
たくさん出るが、
かてい
家庭からは出ない」

- ① 正しい
- ② まちがい

こた 答え ②
にほん かてい ねんかん やく
日本では、家庭から1年間に約300
まん しょくひん で
万トンの食品ロスが出ているんだ。

にんかそく ねんかん
4人家族が1年間に
だ しょくひん
出す食品ロスを
かね
お金にするといくら?

- ① 約6千円
- ② 約6万円

こた 答え ②
た
こんなに食べられるものをすてて
いるんだよ。もったいないよね。
きょうとしちようさ
(京都市調査)

た もの じゅうぶん た
食べ物が十分に食べ
えいようぶそく ひと
られず栄養不足の人は、
せかい なんにん
世界に何人いる?

- ① 約8000万人
- ② 約8億人

こた 答え ②
にほん じんごう やく おく まんにん やく
日本の人口(約1億2000万人)の約
ばい ひと じゅうぶん た
7倍の人が十分に食べられていな
いんだ。

せかい ぜんたい ねんかん
世界全体で1年間に
た もの
すてられる食べ物の
りょう
量はどれくらい?

- ① 約13億トン
- ② 約40億トン

こた 答え ①
ひと た つく た もの
人が食べるために作られた食べ物
やく ぶん
の約3分の1がすてられているんだ。

しょくひん
食品ロスをへらす
こうどう
行動かな?
ひつよう しょくざい
「必要な食材をメモに
か か もの い
書いて買い物に行った」

- ① ○
- ② ×

こた 答え ①
か も い か
メモに書いて持って行けば、買はず
か わす ぶせ
ぎや買い忘れを防げるね。

ただ
正しい?
それともまちがい?
だいこん かわ
「大根は皮まで
た
食べられる」

- ① 正しい
- ② まちがい

こた 答え ①
だいこん かわ
大根は、皮ごとすりおろしたり、皮
のキンピラを作ったりして、ムダな
く食べきろう。



ただ
正しい?それともまちがい?
「賞味期限とは
『おいしく食べることが
できる期限』のこと」

- ① 正しい
- ② まちがい

こた
答え ①
賞味期限をすぎても、すぐに食べられなくなるわけではないから、食べる前に大人に確かめてもらおう。

ただ
正しい?それともまちがい?
「消費期限とは
『安全に食べることが
できる期限』のこと」

- ① 正しい
- ② まちがい

こた
答え ①
消費期限は「安全に食べることができる期限」のことで、傷みやすい食品に表示されているよ。

さしみ
刺身に
表示されている
期限はどっち?

- ① 消費期限
- ② 賞味期限

こた
答え ①
弁当、ケーキなど、傷みやすい食品には消費期限が表示されているよ。

ケーキに
表示されている
期限はどっち?

- ① 消費期限
- ② 賞味期限

こた
答え ①
弁当、ケーキなど、傷みやすい食品には消費期限が表示されているよ。

コンビニの弁当に
表示されている
期限はどっち?

- ① 消費期限
- ② 賞味期限

こた
答え ①
弁当、ケーキなど、傷みやすい食品には消費期限が表示されているよ。

タマゴに
表示されている
期限はどっち?

- ① 消費期限
- ② 賞味期限

こた
答え ②
タマゴの賞味期限は、生でおいしく食べることができる期限のことだよ。

ポテトチップスなどの
スナック菓子に
表示されている
期限はどっち?

- ① 消費期限
- ② 賞味期限

こた
答え ②
缶詰やタマゴにも賞味期限が書かれているよ。

食品ロスをへらす
行動かな?
「買い物に行く前に、
冷蔵庫の中を確かめた」

- ① ○
- ② ×

こた
答え ①
家に何があるかを確かめて、足りない物を買うようにしましょう。



食品ロスをへらす行動かな？
「消費期限が今日までの豆腐
があったので、夕飯の時に
マーボー豆腐にして食べた」

- ① ○
② ×

答え ①

消費期限・賞味期限にかかわらず、
期限が近い食べ物は早く食べよう！

食品ロスをへらす
行動かな？
「ごはんを食べられる分
だけ自分でよそった」

- ① ○
② ×

答え ①

ごはんもおかずも、食べられる分だ
けよそうようにしよう。

食品ロスをへらす行動かな？
「レストランで食べたいもの
ばかりだったので、
注文しすぎて残した」

- ① ○
② ×

答え ②

お店では、食べられる分だけ注文しよう。
残ってしまったら、持ち帰れないかお店
の人に聞こう。持ち帰ったら、早く食べよう。

食品ロスをへらす行動かな？
「せんべいの賞味期限が
1日すぎていたので
すぐにすてた」

- ① ○
② ×

答え ②

賞味期限は「おいしく食べることができる
期限」。すぎてもすぐに食べられなくなる
わけではないから、大人に確かめてもらおう。

食品ロスをへらす行動かな？
「チョコの賞味期限がすぎて
いたので、食べられるか
大人に確かめてもらった」

- ① ○
② ×

答え ①

賞味期限は「おいしく食べることができる
期限」。すぎてもすぐに食べられなくなる
わけではないから、大人に確かめてもらおう。

正しい？
それともまちがい？
「魚は干物にすると
長持ちする」

- ① 正しい
② まちがい

答え ①

水分がぬけて長持ちするだけでは
なく、おいしくなるよ。昔の人の知恵
だね。

正しい？
それともまちがい？
「すっぱくなった漬け物は
もう食べられない」

- ① 正しい
② まちがい

答え ②

すっぱくなった漬け物は古漬けとい
うよ。炒めて食べるとおいしいよ！

正しい？
それともまちがい？
「おもちの水につけると
長持ちする」

- ① 正しい
② まちがい

答え ①

「水もち」というよ。冷蔵庫のない
時代は、水につけることでカビや乾燥
を防いでいたんだ。