



10月は食品ロス削減推進月間です

宇都宮市からのお知らせ

みんなで食品ロス削減に取り組もう！

令和4年度に日本で発生した食品ロスは約472万トンでした。この量は国民1人あたり毎日おにぎり1個分の食品を捨てていることになります。ぜひ今日から簡単にできることから取り組み、食品ロスを減らしましょう！

12 つくる責任
つかう責任



家庭でできる食品ロス削減のポイント

《 買い物編 》

買い物は必要に応じて

必要な時に、必要な量を購入しましょう。



「てまえどり」をしよう

購入してすぐに食べる場合は、商品棚の手前にある販売期限の近い商品を選びましょう。

冷凍庫を活用する

使い切れない食材が出た時は、冷凍庫で保存しましょう。

《 調理編 》

まずは残っている食材を使う

料理のメニューを考える時には、残っている食材を使うようにしましょう。



野菜や果物の皮は「厚むき」しない

野菜などの皮のむきすぎによる、食べられる部分まで捨ててしまうことも食品ロスの原因になります。

「食べきり」をする

料理は食べられる分だけ作り、食べきりましょう。

・・・ 本市ではフードシェアリングの活動を促進しています ・・・

スマホで簡単！「TABETE」を使って食品をレスキューしよう！

フードシェアリングアプリ「TABETE(タベテ)」は、パンやお総菜など、小売店等が店頭で売り切ることが難しい食品を、スマホアプリを通じてお得に「レスキュー(購入)」できる、食品ロス削減に寄与するサービスです。

※ 本市は、「TABETE」を運営する㈱コークッキングと「宇都宮市における食品ロス削減に向けた連携協定」を締結し、フードシェアリングの活用促進に取り組んでいます。



◆ご利用の流れ

①アプリをダウンロード

アプリのダウンロードは無料です！



App Store



Google Play

②お店を検索

アプリを起動し最寄駅や店舗名などでお店を検索



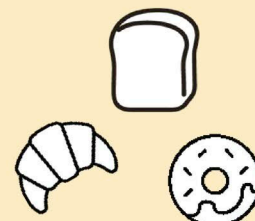
③商品選択・アプリ上で決済

購入する商品や受取時間などを入力、クレジットカードで決済



④お店で商品受取り

お店でアプリ画面を見せて商品を受取り



連携協定締結記念

宇都宮市内店舗で使える期間限定クーポン配信中！

キャンペーン期間：2024年9月25日(水)～10月31日(木)

「レスキューコード」：utsuno2409

内容：TABETEの会計(決済)で使える100円引きクーポン配信

※一人1回までです。※アプリの決済画面にて上記の「レスキューコード」を入力してください。



店舗一覧

外食先でもできる食品ロス削減のポイント

家庭だけでなく、「外食先」でも食品ロス削減に取り組むことができます。
ちょっとした心づかいと行動が環境にやさしい社会づくりにつながります。

◆食べ切れる量を注文しましょう。

◆「もったいない残しま10運動」を心掛けましょう。

「もったいない残しま10運動」とは、会食する時には食事の開始10分、終了10分は料理に専念して残さず食べるなどの、食品ロスの削減を図るための取組です。宇都宮市内で「もったいない残しま10運動」に協力していただける事業者を「協力店」として紹介しています。

「もったいない残しま10運動」
協力店一覧はこちら



協力店はこの旗が目印です

フードドライブを活用しよう！

「フードドライブ」とは、家庭で余っている食品を職場などに持ち寄り、
まとめて地域の福祉団体や施設などに寄贈する活動です。宇都宮市では、通年で食品を受け付けています。

◆受付時間：平日 午前8時30分～午後5時15分

◆受付場所：ごみ減量課（市役所12階）

※職場などで大量に集まったときはご相談ください。

◆対象食品：常温保存が可能な、未開封で賞味期限が2か月以上ある食品
（例）玄米、乾麺、缶詰、レトルト食品、インスタント食品、調味料など

◆その他：生鮮食品や乳製品、酒類などは不可

食品は「宮っこの居場所登録団体ネットワーク」や「特定非営利活動法人フードバンクうつのみや」を通じて、食品を必要としている人に届けられます。



ちょこっと コラム

食材を余さず使おう！「MIYAもったいないレシピ」 —ブロッコリーのペペロンチーノ—

材料

- ・ブロッコリー（茎も使う）
- ・ベーコン
- ・刻みにんにく
- ・オリーブオイル
- ・塩コショウ
- ・鷹の爪（お好みで）

その他の
「MIYA もったいない
レシピ」はこちら



1. ブロッコリーを一口大に切る。（茎も同じ）お皿に寄せ、軽くラップをかけて、レンジにかける。

3. 刻みにんにく、塩コショウで味を整えて完成！

2. オリーブオイルをひいたフライパンに、1とベーコンを入れて軽く炒める。

4. お好みで、鷹の爪を入れてもおいしい！



火災予防のため、「電池類」の出し方にご注意ください

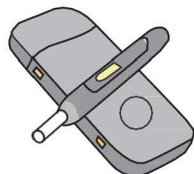
●電池の種類



■乾電池



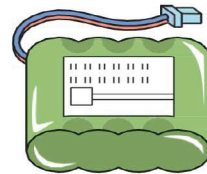
■コイン電池



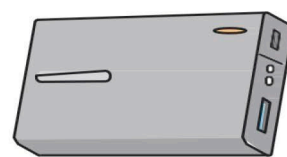
■電子たばこ
加熱式たばこ



■ボタン電池



■小型二次電池
（充電式電池）



■モバイルバッテリー

①電極にテープを貼ってください。

乾電池やコイン電池、ボタン電池は＋極と－極にセロハンテープやビニールテープのような電気を通さないテープを貼ってください。小型二次電池やモバイルバッテリーは金属部分にテープを貼ってください。

②危険ごみの日に、「電池類」と「その他危険ごみ」を別々の袋で出してください。

