

あなたの食品ロス削減度 チェックシート

理解度編

はい いいえ

1	食品ロスという言葉を知っていた。		
2	食品ロスの意味を知っていた。		
3	賞味期限・消費期限を正しく理解していた。		
4	エコレシピを知っていた。		
5	桃太郎のまち岡山コンポストを知っていた。		
6	生ごみは、ほとんどが水分であることを知っていた。		
7	食品ロス削減は、買い物の段階からできることを知っていた。		

実践編

はい いいえ

1	使い切れずに捨てる食材は極力出さない。		
2	ムダな食材は買っていない・安売りに釣られ使い切れない量を買わない。		
3	冷蔵庫の中をみてから、買い物に行っている。		
4	前日の残り物は次の日に食べる。		
5	作りすぎた食材はリメイクして食べる。		
6	野菜の皮も使っている。		
7	冷蔵庫、冷凍庫の中は定期的に整理している。		
8	生ごみを堆肥化している。		
9	生ごみの水切りをしている。		
10	その日に食べるものは、消費期限の近い商品を買う。		

はいの数

15個以上 すばらしい。あなたは食品ロス削減マスターです。是非他の人にも伝えてください。

6～14個 まだまだできることはありそうですね。がんばって！

5個以下 パンフレットを参考に、できることから取り組んでください。