

食品ロスの解決方法

適切に保存する

食品に記載されている保存方法に従って保存する

誤った方法で保存すると、食品の劣化が早くなる場合があります。

保存方法は、食品に表示されている保存方法を守るなどして、適切な方法で保存しましょう。

適切な方法:冷蔵や冷凍が必要な食品は、帰宅したらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。

食材を上手に使いきる

残っている食材から使う

新しく買ってきた物を先に使ってしまうと、残っている食材は傷んでしまう可能性があります。残っている食材から使いきるようにしましょう。

食べきれる量を作る

体調や健康、家族の予定も配慮し、食べきれる量を作る

家族とのコミュニケーションで、食品ロスがでないように工夫しましょう。