



地産地消で

こんなにいいこと!!

地元のおいしい
農産物を食べよう!



新鮮で美味しい
農産物が身近な
場所で手に入る



生産者の顔が
みえるので安心



地元農業の
活性化



きょり
輸送距離が短いため
はいしゅつ
二酸化炭素の排出量が少なく
かんきょう
環境に優しい

枚方産の野菜を使った
地産地消レシピはこちら!



枚方キッチン



食品ロスを

減らすための工夫!!

自分に合った
対策をしよう!

買いすぎ タイプは ...



買い物リストを作る

食べ物の在庫を確認して必要な物だけ買おう
冷蔵庫も家計もスリム化できます

捨てすぎ タイプは ...



冷蔵庫の整理をする

収納は7割程度に、定位置を決めてすっきり
購入した食品の賞味期限をチェックしよう

食べ残し タイプは ...



食べ切る工夫

1回で食べ切れる量を作る、
リメイク料理を作るなど、ムダなく食べきろう

食品ロス削減に役立つ

使いきり、食べきりレシピはこちら!



エコレシピ
コンテスト

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

SDGsの取り組み

持続可能な開発目標

食育にとって大切なテーマである「地産地消」と「食品ロス」はどちらもSDGsに深い関連性があります。食を通して私たちにできることを考えてみませんか。

SDGsとは、持続可能な世界を目指す世界共通の目標です。2030年までに達成すべき具体的な17の目標が示されています。

詳細はこちら



農林水産省
ホームページ



食べのこサンデー

枚方市独自の食品ロスへの取り組み

週に1回、日曜日は、

「食べる分だけ作りましょう」、
「食べる分だけ注文しましょう」、
「ご飯を無理なく食べ切りましょう」

を合言葉にして食品ロスの削減を意識し、
それを日々の行動につなげていきましょう。

発行・編集

枚方市 健康福祉部
健康づくり・介護予防課

〒573-1197

枚方市禁野本町2丁目13番13号
(枚方市保健センター内)

TEL: 072-841-1458 / FAX: 072-840-4496

すすめよう! 地産地消

- ちさんちしよう -

地産地消 クイズ

枚方市の小学校給食で1か月に使用した野菜のうち、枚方産の野菜は何種類でしょう?

- ①3種類 ②5種類 ③7種類

※令和3年度、枚方産の野菜を1番多く使用した月(11月)を例としています。

枚方市の特産品である「葉玉ねぎ」と「すもも」から誕生した食育推進キャラクターです。



とれたての農産物は
おいしいよ!

A クイズの答えは中面へ!

減らそう! 食品ロス

- しよくひんろす -

食品ロス クイズ

枚方市の家庭ゴミで、まだ食べられるのに捨てられている食品は、1日当たり2トントラック何台分でしょう?

- ①約1台分 ②約2台分
③約4台分



地産地消とは？

その地域で生産されたものをその地域で消費することを「地産地消」といいます。

できるだけ近くでとれたものを選ぶことが、日本の農水産業を守り地球環境を守ることに繋がります。

地産地消 クイズのこたえ

③ 7種類

約 18 種類の野菜のうち、7種類の枚方産野菜を使用しました。

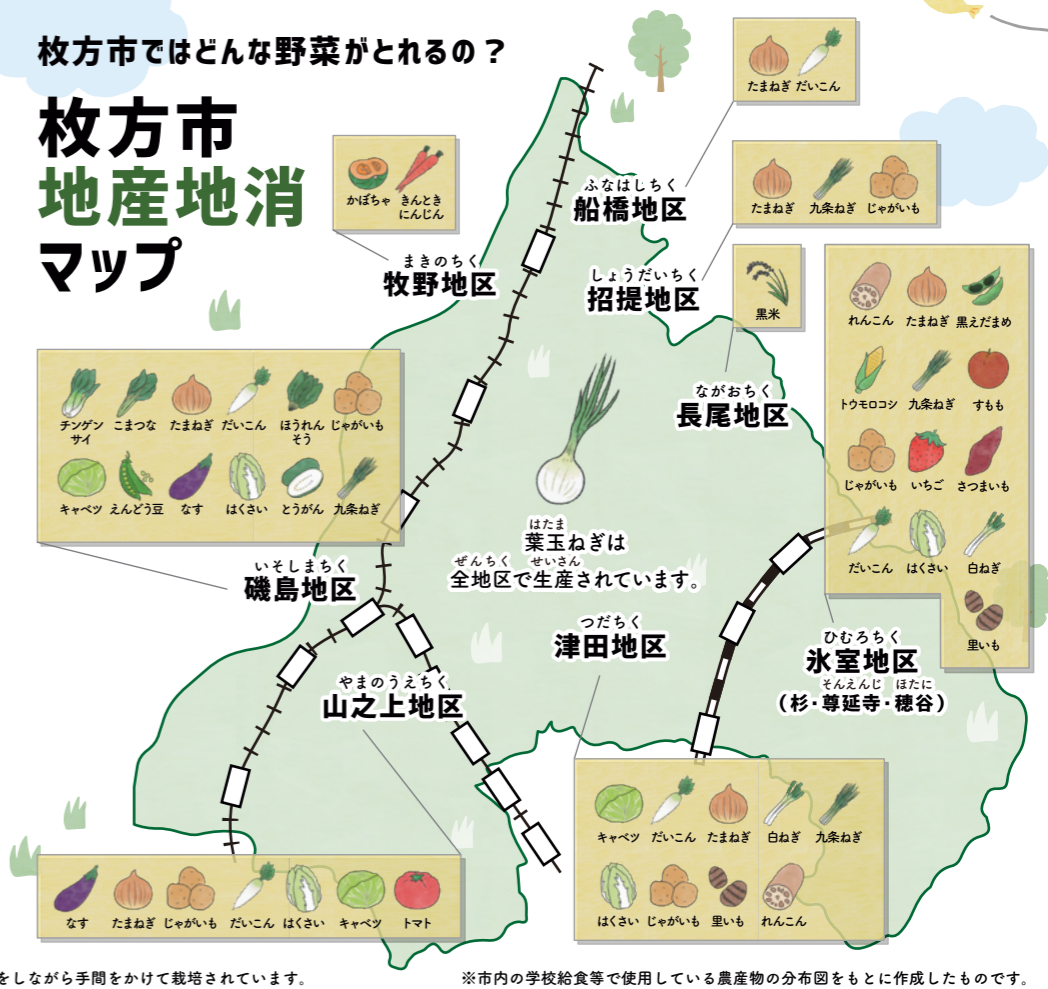
(小松菜、白菜、ほうれん草、大根、れんこんなど)

枚方市でつくって食べる



枚方市ではどんな野菜がとれるの？

枚方市地産地消マップ



食品ロスとは？

本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことを、「食品ロス」といいます。

削減できれば、食べ物の廃棄量を減らすという環境面だけでなく、家計にも優しいというメリットがあります。

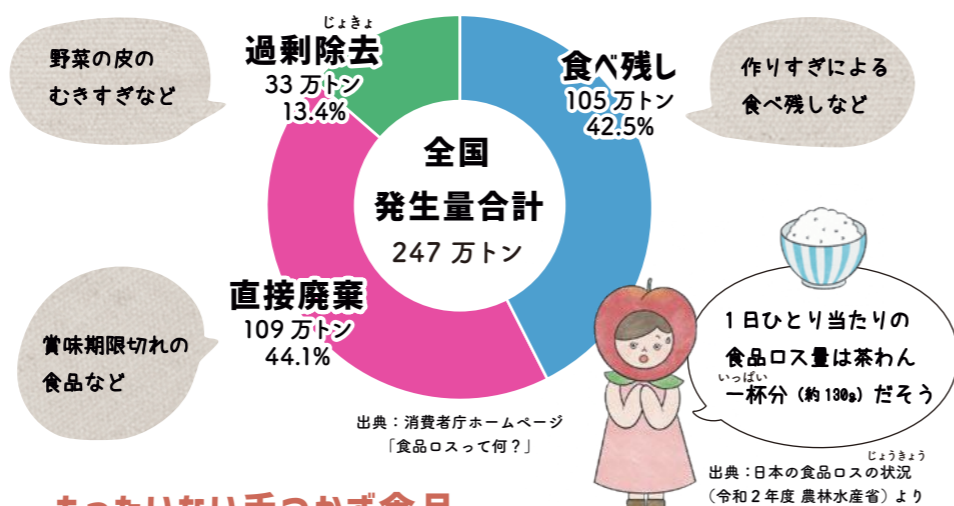
食品ロス クイズのこたえ

② 約 4 台分

1日当たり 7.6 トンもの手つかず食品が廃棄されています。

(枚方市一般廃棄物処理基本計画より)

家庭由来の食品ロスの内訳



- もったいない手つかず食品

枚方市で捨てられている一般ごみのうち、「手つかず食品」は、

1日あたり2トントラック約4台分も！

手つかず食品とは…購入時の原形が半分以上そのままの状態です。

食品ロスを減らすには家庭での対策が重要

あなたは何タイプ？

食品ロス診断チェック

START YES → NO →

冷蔵庫の中身がわからないまま買い物をしてしまう	YES →	特売をしているとついたくさん買ってしまふ	YES →	冷蔵庫の中はいつも物が多く捨てることが多い	YES →	買いすぎタイプ 買い物リストを作るなど、いるものだけ見極めて！
野菜の茎、葉、皮はできるだけ料理にしている	NO →	冷蔵庫のすみでひからびた野菜を発見したことがある	YES →	賞味期限が少しでも過ぎたら食べないことが多い	YES →	捨てすぎタイプ まだ捨てるには早い食材がたくさんあるかも？
食品ロス削減の取り組みが十分意識できています！	YES ↓	いつも同じようなメニューになってしまう	NO ↓	料理を作り過ぎて余ることが多い	YES →	食べ残しタイプ 食べ切れる量を把握して残った料理もリメイクしよう！

つぎのページでタイプ別対策をご紹介します