作り過ぎない
買い過ぎない

ごはんをのこさず
たべるよ！
けいすけ

ぜんぶ
たべる

食べられる量だけ
たのみましょう。

のこさず
たべる。

ごはんを
つくりすぎず
むだなく使う！

冷蔵庫の中を
確認してから
買い物に行く

計画的に
食べものを
買う

腹八分目
食べ残しは
ダメ

のこさず
たべる

冷蔵庫に
食のこしなし!!
すぐ満タン!!

れいぞうこの中を見て買物に行く

使いきれる分をかう
余らせないよう工夫する

かいすぎない
日付をかく

買い物に行く時、冷蔵庫の中を見る。必要でない物は買わない

おみせでそだべるたのむ

のこさずたべる

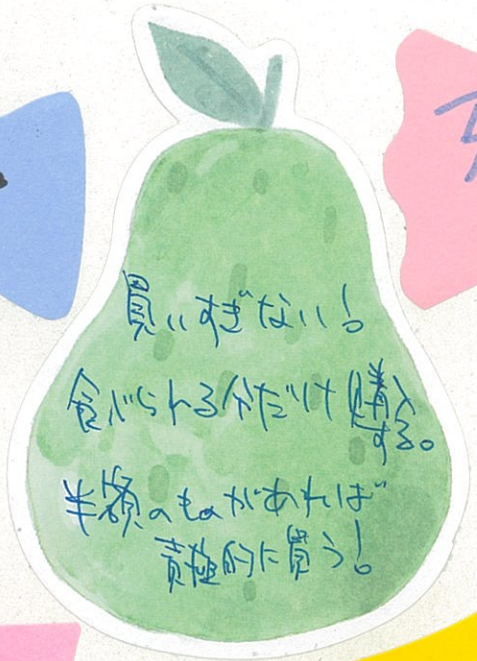
のこさずたべる

たべれるだけたのむ！

すききらいをなくす

お店では
消費期限の短い
食品から
購入する！

先に食べれる物だけえらぶ。



すききらいをしない。

たべれるだけかって、のこさずたべる。

ほしいものだけかう

南北を決めて買いものをするよう心がける

冷凍して保存するアイデア等

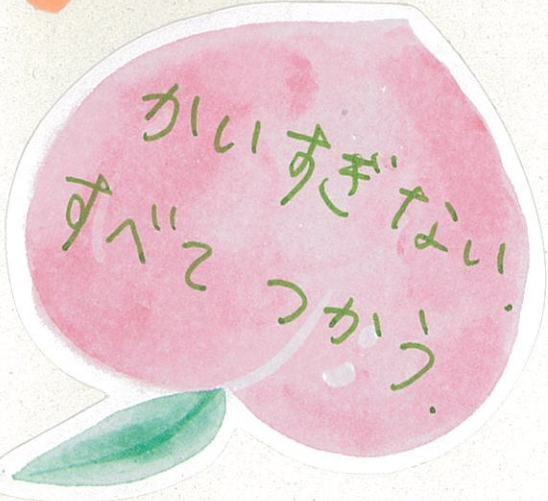
できるだけ、食消費きげんのちかいものをかう。

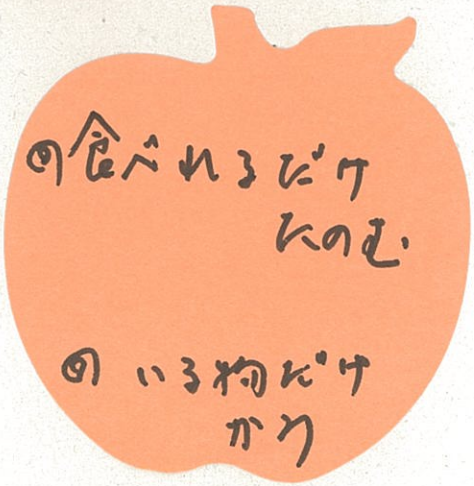
いるものだけ買う

全部
食べ切る!!

子供が残したも
も全て食べる

おみせでは
たべれるだけ
たのむ!





のこさずたべる

なんでもたべる。

無駄な買物をしない

食品ロスをなくすには、
しょうきげんのうかい品
しょうかうろ
安くてもかう

食品を買いすぎないようにする

すききらいをへらすこと

マツダスタジアムが食品ロスで一杯になる現状を打破します。

のこさずたべる

安売りだからと必要以上の食材を買わないようにする！

野菜は皮まで使い切る

買いすぎない
つれいひる！

ごはんを
ぜんぶ
たべる

おいしいなもの
もたべる

のこさずぜんぶ
たべる。

のこさずた
べる♥

買いだめ
しすぎない！

のこさず、
たべる！

ひるものだ
けかう。

食べ切れる量だけ注文する！
きらくしたすきがいい！
冷蔵庫の中身を確認してから買いものします！
ぜんぶたべる
野菜の皮やしんまで工夫して使いきります。
計画的に食品を買う
好き嫌いしない事!!
むだなものは買わない。
半額食品を買う！