

わ食のススメ みんな考えてる？「環食」

「必要以上の食材を買わない」、「食材を無駄なく調理して生ごみを減らす」、料理を作ってくれた人に感謝して、「残さず食べる」など、食べ物を大切に、食生活の面からも、環境へ配慮しましょう。

また、産地からの輸送の距離や時間が短い「地場産の食材」の利用は、CO₂の削減などに配慮した「環食」の実践にもつながります。

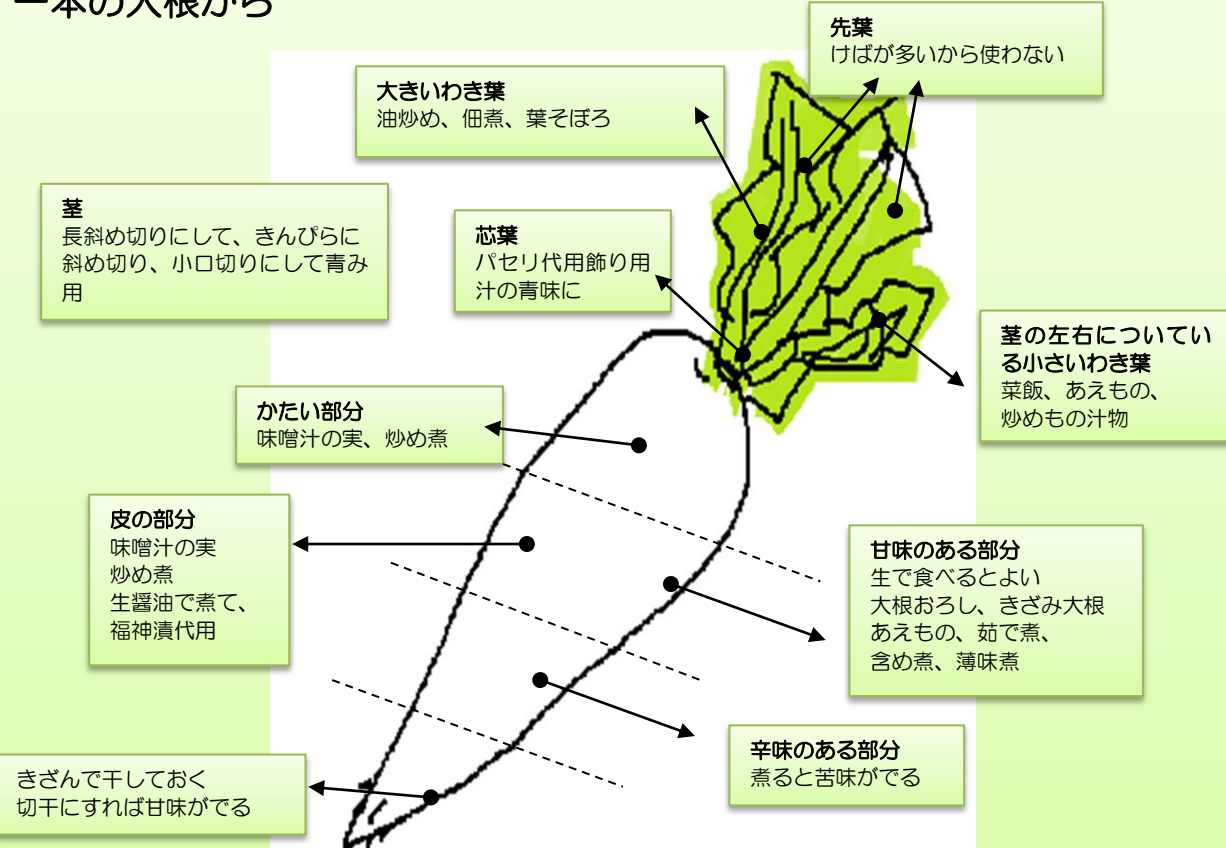
【キッチンからできる地球への思いやり】
「エコクッキング」の詳しい情報は、市ホームページをご覧ください。
<http://www.city.hiroshima.lg.jp/kankyoe/cocook/>

• 便利な携帯サイト
はこちら! →

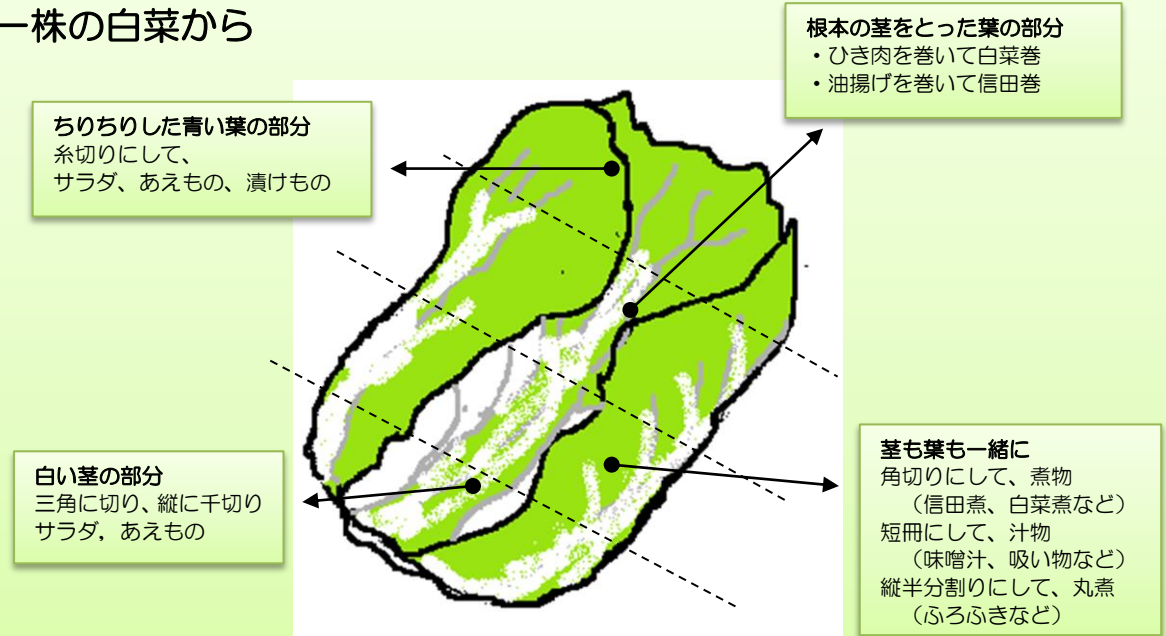


① 環食の基本は「無駄なく調理」(野菜編)

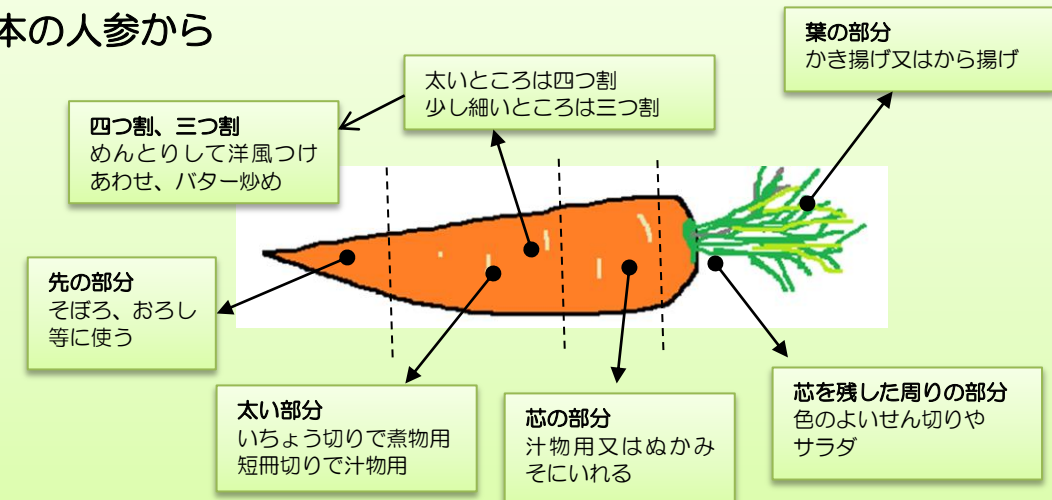
一本の大根から



一株の白菜から



一本の人参から



食の豆知識 (食品ロス)

食品廃棄物のうち、食べられるのに捨てられてしまうものを「食品ロス」いいます。

• 食品ロスの約半分は、一般家庭からのもので、家庭での一人当たりの食品ロス量は、一年間で約 15kg に及ぶそうです。

ちなみに・・・

「もったいない」は、無駄使いする時に使う言葉で、自然の恵みや作り手への感謝と思いやりの気持ちが込められています。身のまわりの「もったいない」を探してみましょう。