

残さず食べよう！



3010運動は、会食や宴会での  
食べ残しを減らす運動です。

**開始後30分間**

**終了前10分間**

料理を楽しむ時間を  
つくりましょう。



函館市環境部

HAKODATE



### 賞味期限・消費期限を 正しく理解

「賞味期限」は  
「おいしく食べることができる期限」、  
「消費期限」は「食べても安全な期限」

### 冷蔵庫の中身を日々チェック

買い物に行く前には冷蔵庫を  
チェックし、無駄な買い物を防止。

### 作りすぎには注意

食べきれぬ量をつくりましょう。  
食べきれなかった場合は、他の料理に  
作り替えるなど工夫しましょう。



## 食品ロスとは？



まだ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。

日本は食料を輸入に大きく依存  
しているながら、大量の食品を廃棄  
している状況であり、全国では、  
毎日たくさんの「食品ロス」が  
発生しています。

食べ残しなどの「食品ロス」は、  
もったいないだけではなく、ごみ  
の排出量を増やすなど環境負荷を  
増大させてしまいます。

食べ物を大切にし、食品ロス削  
減にご協力をお願いします。