

松本市発!!

残さず食べよう!

食べものに、もったいないを、もういちど。 NO-FOODLOSS PROJECT

30・10 運動

さんまる いちまる

- 「食品ロス（食べられるのに捨てられてしまう食べ物）」を減らすための運動です。
- 「おそと」と「おうち」のそれぞれで心がけていただきたいことを、「30・10（さんまる・いちまる）」をキーワードにPRしています。



宴会で、お酒を注ぎに席を離れたまま話し込んでしまい、料理を残してしまった。
無理して全部食べると、太ってしまいそうだなあ…

おそとで 残さず食べよう! 30・10運動

注文の際に 適量を注文 しましょう。

乾杯後 30分間は 席を立たず 料理を楽しみ ましょう。

お開き前 10分間は 自分の席に戻って、 再度料理を 楽しみましょう。

- ・ 幹事さんからの声掛けがポイントです!
- ・ 宴会では、事前にお店の方に男女比や年齢構成をお伝えしておくことで、料理の量を調整してもらえることがあります。

「残さず食べよう!」推進店・事業所認定制度

【認定対象】

- ・ 推進店⇒飲食店・宿泊施設・小売店等
- ・ 推進事業所⇒事業所・団体等 (料理をいただく側)



冷蔵庫の奥から、傷んだ食品が出てきた…
ブロッコリーの茎は硬くて食べづらいから、捨ててしまおうかしら…

おうちで 残さず食べよう! 30・10運動

毎月30日は 冷蔵庫クリーン アップデー

毎月10日は もったいない クッキングデー

冷蔵庫の賞味期限・消費期限の近いものや野菜・肉等の傷みやすいものを積極的に料理しましょう。

今まで食べられるのに捨ててしまいがちだった野菜の茎や皮などの可食部を活用して、「もったいないクッキング」を実施しましょう。

やってみよう! もったいないクッキング

食材を無駄なく使うコツがたくさん!

「子どもたちと一緒に学んでいます!」 保育園&小学校への環境教育



子どもとその保護者の意識・行動に高い効果が表れています!

「もったいない」を「ありがとう」へ まつもと「城のまち」フードライブ



NPO法人フードバンク信州と協働で取り組んでいます。