

私たち自身が

## 「食」の大切さを知り 感謝の気持ちを持とう



### 世界と日本の「食」の差

#### 「食」は自然の恩恵で、飢える人もいる なのに、捨てる人がいます

私たちの「食」は自然の恩恵の上になりたっています。そのため、異常気象や大規模災害といった自然環境の大きな変化が起こると、食品の安定供給ができず、食生活に大きな影響がでてしまいます。

また、世界では7人に1人が飢えに苦しみ、5秒に1人が飢えのため命を落としています。

一方、日本では、まだ食べられるのに捨てられている食べ物の量は年間500万~900万トンもあり、食品が簡単に捨てられてしまう現状があります。



日本人1人ひとりがおにぎり2個分ずつの食べ物を毎日捨てていることになる

### 「食」を大切にする理由

#### 私たちが「食」をつくり 「食」が私たちをつくっている

食べ物は様々な命からつくられ、その命をいただく「食事」によって私たちの体はつくられています。そして「食」はそれに関わる様々な人の活動に支えられています。「食」を、いつでも、安全に手に入れられることは素晴らしいことです。

食品関連産業で働く私たちは、この「食」の大切さを知り、安全に届ける大変さも知っています。だから、私たち自身が、「食」はあって当たり前のものであるのではなく、「いただきます」「ありがとう」といった感謝の気持ちをもっと持つことが必要です。



### 私たちに何ができるだろう？

## 世界に足りていないのは食べ物ではなく、一人ひとりの行動

#### まずは自分たちから

食品関連産業で働く私たちがまず「食」を大切にし、安全な「食」を提供することで、私たちの周りの人をはじめ、多くの人にその大切さを伝えることができます。

#### よく考えて買おう

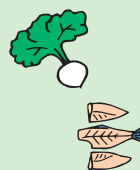
自分の食べる量を知り、食べられる量を超えた過剰な購入をやめることで、無駄に捨てられる食品を減らすことができます。



購入する食べ物を選ぶ際も、輸入品や遠隔地のものではなく、なるべく「地元で生産されたもの」を選ぶことで、食品輸送の負担を減少させることができます。

#### 使い切ろう

まだ食べられる部分や残った食材が捨てられることもあります。別の料理に活用するなど、過剰に捨てないようにしましょう。また、賞味期限と消費期限は違います。賞味期限が切れても、すぐに食べられなくなるわけではないので、すぐに捨てるのはやめましょう。



#### 残さないようにしましょう

食卓に並んだものを残さないようにするだけで、家庭で無駄になる食べ物の多くはなくなります。

また外食時は、食べる分以上は注文しない、食べきれない場合はドギーバッグ等で持ち帰れるものは持ち帰るなど、無駄をなくしましょう。



フード連合の活動 — 政策局

<http://www.jfu.or.jp/action/seisaku.htm>



〒108-0014 東京都港区芝5-26-30 専売会館4階  
TEL 03-6435-2882 FAX 03-6435-2888  
E-mailアドレス jfu210@jfu.or.jp  
ホームページアドレス <http://www.jfu.or.jp/>