



島根県消費者センター
マスコットキャラクター
だまされないゾウくん

食品ロス（買い物編）



島根県観光キャラクター
しまねっこ
島観連許諾第6371号



R2 作：柏屋ココ

食品ロスを減らすための小さな行動も、一人一人が地道に取り組むことで大きな削減につながります。



冷蔵庫や食品庫にある食材を確認する

買い物をした後に、冷蔵庫に同じ食材があったことに気づき、食材を余らせてしまうケースもあります。無駄をなくすためにも、事前に冷蔵庫や食品庫にある食材を確認するようにしましょう。買い物前のちょっとした時間に、冷蔵庫内を、携帯電話のカメラ機能で撮影しておくのもよいでしょう。

必要な分だけ買って食べきる

お得なまとめ買いをしたものの、使わずに、期限が過ぎてしまい捨ててしまうことが考えられます。必要な時、必要な分だけ買ったほうがお得な場合もあります。

利用予定と照らして、期限表示を確認する

食品スーパーで買い物をする際、期限までの期間がより長いものを買おうと、棚の奥から商品を取ることもありますが、すぐ使う食品は棚の手前から取りましょう。期限が短かったり、切れてしまうと、お店で返品や廃棄をするので、お店での食品ロスが発生してしまいます。

参考：政府広報オンライン（2019.12.16）



消費生活に関するご相談は **泣き寝入りはいや**

消費者ホットライン

局番なしの

188

お近くの消費生活センター等につながります。

メール相談受付中

メールによる消費生活相談を受け付けています。
詳細は島根県消費者センターホームページをご覧ください。

島根県消費者センター

検索

消費生活に関する情報も発信しています！

ホームページ QRコード



ご相談・お問い合わせは

島根県消費者センター

〒690-0887 松江市殿町 8-3
市町村振興センター 5 階

TEL 0852-32-5916 FAX 0852-32-5918

石見地区相談室

〒698-0007 益田市昭和町 13-1
県益益合同庁舎 2 階

TEL & FAX 0856-23-3657