

「食品ロス削減！毎月〇日は冷蔵庫チェックの日」

日本全体で発生している食品ロスの約半数は家庭から発生しています。

家庭から発生する食品ロスの主な原因は「買いすぎ」と「使い忘れ」だと考えられます。

今日から始められる取り組みとして「毎月〇日は冷蔵庫チェックの日」と決めて定期的に冷蔵庫内を整理しましょう！

<チェックするポイント>

1. 食品の定位置を決めましょう
2. 食品を品目や使う頻度で分けましょう。
3. すぐに食べるもの、賞味期限の近いものは取りやすい下の棚に収納しましょう。
4. 賞味期限・消費期限が見やすいように配置しましょう。
5. かごや透明な容器を活用してまとめて収納しましょう。

冷蔵庫の整理整頓は在庫の把握と見える化となり、余計な買い物も減ります。

ぜひご自宅で行ってみてください。

