

〈テーマ〉 家庭での「食品ロス削減を考える」

買い物

買い物を控える

必要なものだけを買う

衝動買いはやめる

献立を立てる（計画性）

夫婦で同じものを買ってしまう

無駄な買い物をしないのが一番・・・とはいうもののつい買ってしまったものをどう使い切るかも大事だと思います

基本は必要な量を買う

調理

買った食品は使い切る

皮を使った料理などをやったことはないが、試してみてもいい

ビンを活用して食品を入れると中身がわかる

かごに入れて、引き出しを見れるようにすると無駄に買わない

冷蔵庫 新しいものから奥に入れる

冷蔵庫の入れ方が大事だと思います

食べ物が残るケースの時は、残して次に食べる（量を決める）

袋のまま入れて、中身が見えない

冷蔵庫の中に何が入っているかを外に書くスペースを

無駄にならないように可食部はすべて使う

期限内に食べる⇒時々期限を確認しレシピ考える

外食・その他

コンビニでの食品回収

宴会の無駄をなくす方法を考える

昔の食べ物が無い時代を経験しているので、捨てるという感覚はない

〈全体〉

買い物に関しては主に普段の反省点を中心にいろいろな意見が出てきた。買い物前に冷蔵庫の中身を把握することの大切さや、まとめ買いをなくす為にも必要なものだけを購入する計画性の重要性などの意見があった。また、最近のスーパー等では少量販売がされるようになってきて、食品ロスを減らすためには有効だと思われる意見も。

調理に関しては冷蔵庫の上手な活用についていろいろな意見が出た。冷蔵庫に関しては皆さん意識が高いように感じられた。しかし、その実態に関してはまだまだ工夫がいることも実感されている様子であった。

その他、外食等について無駄の多さについて意見があった。子ども食堂などフードバンクの充実等の意見も出た。