

冷蔵庫から“もったいない”を減らそう。

あなたのおうちの冷蔵庫の中に  
使いかけのまま忘れてしまった食材や、  
賞味期限・消費期限が切れてしまったものは  
ありませんか。

札幌市の家庭からは  
食べ残しや手つかずの食品が  
年間で約2万トン※も捨てられています。

たとえば、4人家族では  
年間約40kg※、約2万5,000円※分の食品を  
ムダにしていることに！

食べ物の“もったいない”を減らすため、  
おうちでは、週に1度、冷蔵庫の中をチェックして  
宴会では、“2510(ニコッと)スマイル宴”で  
残さずおいしくいただきます。

※札幌市「平成29年度組成調査」から試算



札幌市環境局



日曜日は  
冷蔵庫を  
お片づけ。



宴会開始後25分  
終了前の10分は  
料理を楽しもう。  
食べ残しが減って  
ニコッと  
2510スマイル！

2020

1

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

3

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

4

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



日曜日は冷蔵庫を  
お片づけ。

2020

5

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

6

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

7

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

8

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29



週に一度、  
冷蔵庫の中をチェック！

2020

9

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

10

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

11

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

12

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



使いきり！食べきり！で  
“もったいない”を減らそう。