

令和2年度 食品ロス削減講座実施結果概要

■ テーマ

食べ方、暮らし方を少し変えてみよう！～食品ロス削減が地球を救う～

■ 全体概要

本来、食べられるはずなのに捨てられてしまっている手つかず食品や食べ残しといったいわゆる食品ロス削減のため、家庭から出る食品ロスに加え、企業やNPO法人の取り組みにも目を向け、「循環型社会」への意識を高めることを目的に2講座を実施しました。

参加者が日常的に取り組める“食べ方”として、「乾燥野菜」や「食品の冷凍」といったひと手間かけることで可能な食品ロス削減と調理時間の短縮、更に「乾燥野菜」については防災食としての活用も提案しました。また、“暮らし方”のヒントとなるアプリを活用した「フードシェアリング」やコロナ禍で更にニーズが高まった「フードバンク」の活動について情報提供をしました。

■ 各講座の詳細

講座A	簡単・すぐ使える乾燥野菜で食品ロスを考えよう	開催日	2020年10月13日
<p>前半は、藤女子大学教授 村田まり子氏を講師に、大量生産・大量消費を代表する“食べ物”から生じる食品ロスとSDGsの「つくる責任 つかう責任」について、実際の取り組みである長期保存可能な「乾燥野菜」をテーマに解説いただきました。</p> <p>乾燥（干す）による利点として、①長期保存（常温）②調理の簡便性 ③持ち運びの利便性 ④必要最低限のエネルギーや栄養素の確保が可能 ⑤食物繊維の補給 が挙げられ、食品ロス削減のみならず防災食にも役立つ乾燥野菜の魅力に受講者より「食品ロス削減に乾燥野菜は効果的」「乾燥野菜にチャレンジしてみたい」等の声が寄せられました。</p> <p>後半は、情報提供として札幌消費者協会食と健康を考える会代表竹田より、事業者の食品ロス削減への取り組みを通し、消費者として何ができるかを提案しました。</p> <p>中でも賞味期限に関する商習慣が見直され、食品ロスの発生抑制が期待されており、消費者の購買行動も問われていることや高齢世帯、一人暮らしや共働き世帯が増え調理残渣の少ない調理済み加工食品購入も食品ロス削減の選択肢の一つであることを報告しました。</p>			



● ナイスアイデア！洗濯ピンチを利用して作った乾燥白菜

● 15種類の乾燥野菜を鍋に投入し、カレースープに



● ゼミ生の皆さんにも協力いただいたカレースープを「いただきま〜す！」

講座2	消費者と地域をつなぐ ～事業者と食べ手をマッチング～	開催日	2020年10月28日
-----	-------------------------------	-----	-------------

消費者と地域をつなぐ事業者の取り組みとして、「フードシェアリング」と「フードバンク」の活動紹介と事業者ではありませんが、長年、食品ロス削減メニューやエコクッキングに取り組んできた札幌消費者協会札幌ポトフの会より試食を交えた食品の冷凍術について情報提供をしました。

「フードシェアリング」は、消費者だけ、企業だけが食品ロス削減を考えて行動するにも限界があることからスタートした事業です。課題もありますが、店舗も会員も地域もみんなプラスの「三方良し」の精神のもと、食品ロス削減の新しい方向性の一つとして、今後、広がっていくことが期待されます。

「フードバンク」は、コロナ禍で更にそのニーズが高まっており、多くの支援物資（お米5kg×1000袋や、マスク・消毒用アルコールなど）が届いている旨の報告があり、フードバンク活動を支える方々の輪が広がっていることを痛感しました。これを機に、フードバンク活動に興味を持ち、ボランティア活動への参加につながることを望まれます。

後半は、食品ロス削減の身近な取り組みの一つとして「冷凍術」に絞り、その作り方と解凍法を情報提供しました。また、冷凍保存した具材を使ったきのこご飯の試食を通し、冷凍のメリットと食品ロス削減につながることへの理解がより深まったと思われます。

講座全体を通し、受講者より「フードシェアリングやフードバンクに協力できればと考えた」「フードロスをいかになくすか、いつも“もったいない”と思っていたので参考になった」「炊き込みご飯の具材すべてを袋に入れ、だし用の削り節もそのまま炊き込むアイデアは参考になった」等の声が寄せられました。



●事業者の取り組みを熱心に聴く
受講生の皆さん

●きのこの旨味たっぷりの冷凍
野菜を使った炊き込みご飯

●簡単冷凍術に「早速やってみたい」
との声