

Tips16

油の上手な使い方

油をたった大さじ1杯流しただけでも、魚が住めるような水質に戻すには、バスタブ約15杯分もの水が必要となります。捨てる量を減らしたり、捨て方を工夫しましょう。



こして使えば3~4回は使えます

温かいうちにこして、冷暗所で保存しましょう。汚れにくい料理から使っていくと効率的です。

例えば、
野菜の天ぷら→フライ、カツ、コロッケなど→揚げなど下味をつけたもの→炒め物として使い切る



捨てるときは

牛乳パックに新聞紙や不用布を入れて吸わせたり、市販の油凝固剤を使って固めてから捨てましょう。

また、自治体によっては資源として使い終わった廃食用油の回収を実施していますので、お住まいの地域の回収方法を確認しましょう。



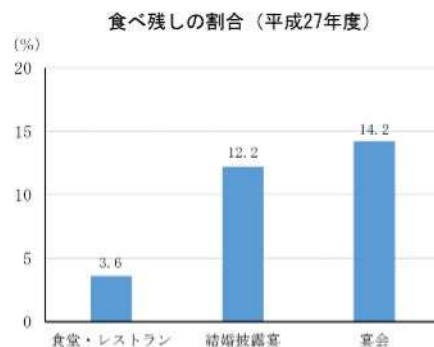
外食

Tips17

宴会での食べ残しをなくそう

外食での食べ残し調査によると、宴会や結婚披露宴などでは、出された料理の1割以上が食べ残されているようです。

出典「農林水産省『食品ロス統計・外食調査』」



宴会での食べ残しは、幹事の心配りで減らせませす。



予約する際には、参加者の年齢層や男女比、会の趣旨などをお店の人に伝えましょう。



参加者の好みや食べきれぬ量を事前に把握しておきましょう。

幹事以外の人、食べ残しをゼロにするために積極的に取り組みましょう。



乾杯後30分とお開き10分前は、自分の席で料理を楽しむ「3010（さんまるいちまる）運動」に取り組みましょう。

Tips18

注文時に一声添えて

食べ切れる量のみ注文しましょう。

もし食べ切れなさそうな時は、「小盛りサイズにできますか？」
苦手な食材がある時は「○○を入れないでいただけますか？」と、
お店に確認しましょう。



Tips19

食べ残しを持ち帰る「ドギーバッグ」

「ドギーバッグ」とは、レストランなどで食べ切れなかった料理を持ち帰る際に使用する容器のことです。

食べ残しが出ないようにするのが大切ですが、それでも食べ残しが出てしまった場合は、持ち帰って食べるという選択肢もあります。



持ち帰りの際はお店の方に確認を

持ち帰りには食中毒のリスクがあります。必ず、お店の承諾を得た上で、傷みにくい料理（火を通してあるもの）のみを「自己責任で持ち帰る」ということを理解してください。



「食中毒予防の3原則」に従い衛生的に持ち帰ろう

- ・細菌をつけない（事前に手を洗う、できるだけ小分けにする）
- ・細菌を増やさない（容器に詰めたらすぐに帰宅する）
- ・殺菌する（食べる前には再加熱する）

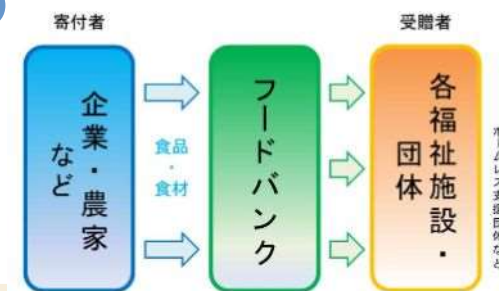
その他

Tips20

「フードバンク活動」とは？

企業、個人から寄付された食品を、必要としている団体、個人に無料で提供する「フードバンク」と呼ばれる活動があります。

出典「農林水産省ホームページ『フードバンク』」



児童養護施設・障害者福祉施設・ホームレス支援団体など



詳しく知りたい方は

愛知県内の主なフードバンク

「セカンドハーベスト名古屋」(<http://www.2h-nagoya.org>)

「NPOフードバンクかすがい」(<https://www.facebook.com/foodbankkasugai-aichi/>) を御覧ください。