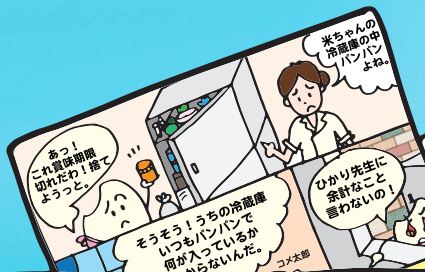


食事から考える

# 私たちにできるSDGs



7月号で..  
こんなことあったね！  
賞味期限切れて  
そもそもどういふ事が  
わかりますか。

賞味は食べられるってことだから..

賞味期限切れは、  
食べてはいけないという  
ことじゃないの？

うんうん!!

そうだね、  
そういうふうに  
思っている人は  
多いと思います。  
賞味期限は  
「おいしさの目安」  
なんです。

賞味期限

消費期限

似ている  
ようで違うのよ。  
お肉やお魚などの  
生鮮食品は  
「消費期限」が  
多いのよ。

スーパーの  
肉うりば

僕の好きなポテチは  
「賞味期限」になっ  
ているよ。

そうなの。お菓子類などは  
「賞味期限」が多く使われて  
いて、数ヶ月経っても  
食べられるものも  
あるくらいです！

だから見た目や匂い  
などで個別に判断しま  
しょう。

## SDGsな買い物に行こう！

捨てられる食料を減らそうPart3 ~買い物編 賞味期限と消費期限~

知っている  
ようで、間違っ  
た認識の人が  
多いの。

賞味期限が  
切れると、  
なんとなく怖くて  
捨てていたわ。

ぼくのお菓子、賞味期限が  
切れているものがあつたけど、  
匂いも変わっていないし、  
おいしいよ！

消費期限

お肉・お魚  
お惣菜など

賞味期限

お菓子  
缶詰め  
冷凍食品など

冷凍食品・缶詰類などは  
賞味期限から数日経っていても  
まだ食べられるものもあります。  
※見た目で判断できない時や心配な  
時は、火を通すなど工夫をして！

お買い物に行く時はメモをとってね！

- 冷蔵庫にある食材の消費と賞味期限をチェックする。
- 今日や明日絶対に必要な食材は何か。
- 安ければ買っておきたい食材は何か。

ある近くのスーパーで..

モグモグマーク

このシールを貼って集めると  
プレゼントがもらえる。

実は消費期限ギリギリのものに  
貼ってあるのです。

そういえば  
こんな取り組みを  
しているスーパー  
があつたよ。

これも  
食品ロス (SDGs) へ  
の貢献にも  
なります。

予告:次回は3R(リデュース・リユース・リサイクル)について学びます。