

講座番号 C17	講座名：
	どう減らす？食品ロス
	講師名： せんだい食エコリーダー

対象者	未就学児	小学校1～3年	小学校4～6年	中高生	大人
			○	○	○

実施会場	・たまきさんサロン ・受講団体が準備 (教室、講義室など)
------	-------------------------------------

対応人数	10～40 人程度
所要時間	60 分程度（短縮可、応相談）
受講者が準備するもの	プロジェクター投影設備、筆記用具

参考教科 ※1	
参考 SDGs※2	12 つくば未来館 つくば未来館

※1 小学校で利用する際に参考となる学習指導要領の該当科目

※2 参考となる SDGs のゴール

講座概要	冷蔵庫収納や食品保存、使いきりレシピなど、家庭で食品ロスを減らす工夫を紹介
講座内容	せんだい食品ロス削減ガイドブック https://www.gomi100.com/articles/foodloss/436 の掲載内容をもとに、「せんだい食エコリーダー」が、家庭で食品ロスを減らすための実践的な取り組みを紹介します。 ○冷蔵庫の整理収納術 ・冷蔵庫の見える化、ゴールデンゾーン、収納アイテムなど、実践的なアドバイス ・それぞれの野菜に適した保存場所、保存方法など ○食品保存術 ・食費の節約にもつながる、食品の冷凍貯金や長期保存のコツ ・食材と調味料も一緒に冷凍する、ミックス冷凍や下味冷凍の具体例など ○もったいないを減らすエコレシピ ・余りがちな食材や旬の野菜などを無駄なく使いきるレシピ ・セミドライ干し野菜など、おいしく食品ロスを減らす工夫（実際の調理はしません）   
講師よりコメント	「食品ロス」は、まだ食べられるのに捨てられている食品のことで、日本で発生する食品ロスの約半分は家庭から出ています。この講座では、家庭での「もったいない」食品ロスを減らすために、すぐに始められる工夫やアイデアを紹介します。毎日の家事がラクになり、食費の節約にもつながるヒントになればうれしいです。
備考	・お子さん連れも可能。講座内容は対象者にあわせて調整しますのでご相談ください。 ・プロジェクターやスクリーン等が無い場合はご相談ください。 ・講師との連絡等について、仙台市家庭ごみ減量課が窓口となります。