

「食品ロス記録シート」で ご家庭の食品ロスも見える化！



**食品ロス
みんなでゼロ作戦！
キャンペーン応募方法**

記入した「食品ロス記録シート」を
スマホで撮影して、上記の
二次元コードから応募しよう！

捨てた食品とその理由をざっくり把握するだけでも、ご家庭の食品ロスが見えてきます。見える化すれば、食費のムダも減らせるかも？！
まずは1週間、記録してみましよう。意外な気づきがあるかもしれません。

まずは **1週間** 記録してみましよう

- ① いつ、何を、どのくらい、どんな理由で捨てたかをメモしていきましょう。
- ② 「どんな食品をどんな理由で捨ててしまったか」を振り返って、削減するにはどのようにしたら良いのか、考えてみましょう。
- ③ もったいないを意識して、記録シートに記入を続けましょう。
- ④ 最初の時と違いが出れば大成功！

日付	曜日	捨てたもの	捨てたものの種類				捨てた理由				メモ こうすれば捨てなくて済んだかも… 食品ロスゼロ達成！ など
			家で調理 したもの	購入後、調理 しなかったもの	もらいもの	収穫したもの	食べ残し	傷んで しまった	期限切れ	おいしく なかった	
記入例 10 / 17	金	納豆 1パック		○					○		安いからと買いすぎた
記入例 10 / 18	土	なし									食品ロス ゼロ!!
/											
/											
/											
/											
/											
/											
/											
/											
/											
/											
/											
/											
/											

【食品ロスみんなでゼロ作戦!キャンペーンに関するお問い合わせ先】

本事業は「家庭系食品ロス削減対策事業」として、
株式会社 光和印刷が茨城県より委託を受けて運営しております。

株式会社 光和印刷

Tel.029-247-4362

E-mail▶losszero@kowa-p.co.jp