

身近なことから始めて 10月は食品ロス削減月間

☎ 027-898-6272

10月は食品ロス削減月間、10月30日は「食品ロス削減の日」です。食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられている食べ物のこと。少しの心掛けで、食品ロスは減らすことができます。



家庭でできる

もったいないレシピ

☎ 健康増進課 ☎ 027-220-5783

ブロッコリーの茎を使ったきんぴら

捨てられてしまうことの多い、ブロッコリーの茎を使った1品です。



〈材料〉

ブロッコリーの茎	120g
ニンジン	60g
赤唐辛子	少々
ごま油	小さじ2
砂糖	小さじ1/2
みりん	小さじ2
醤油	小さじ2
炒りごま	適宜
栄養価(全量)エネルギー170kcal 食塩相当量1.8g	



〈作り方〉

- ブロッコリーの茎を皮と芯に分ける
- ブロッコリーの皮と芯をそれぞれ千切りに、ニンジンも千切りにする
- フライパンにごま油と小口切りにした赤唐辛子を入れて火にかける。唐辛子の香りがたったら②を加えて炒める
- 火が通りしんなりしたら④の調味料を加え味を調える
- 器に盛り付け、炒りごまをかける

ポイント 皮を使うとコリコリした食感が楽しめます。硬さが気になる場合は芯だけを使ってください。

● 食品ロスをテーマにした料理

本市では、食品ロスの削減に取り組む店舗などを現在89店舗、食べきり協力店として登録しています。食べきり協力店では、①小盛メニューなどの導入②持ち帰り希望者への対応③食べ残しを減らすための呼びかけ④食べ残し削減につながる割引案内やクーポン券の使用など店舗独自の取り組みをしています。



パーラーレストラン モモヤ

☎ 027-231-5017
千代田町二丁目12-2

野菜を余すことなく煮込んだ自家製デミグラスソースを使用。そのほかにも、食材を余らせないよう工夫した料理を提供しています。

オムライス (トマトソース・デミグラスソース2色かけ)



カフェ&ダイニング こころも

☎ 027-289-8468
茂木町1170-1

仕上げに農家で規格外の野菜を使い、素揚げし添えています。規格外の野菜を使うことで、野菜を無駄にしない工夫をしています。

麦豚のスチームポーク カフェごはん



始めようローリングストック ☎ 防災危機管理課 ☎ 027-898-5856

災害時に電気や水道などが使えなくなることを考え、最低3日分の食料と飲料水、携帯型トイレなどを備えてください。普段から少し多めに備蓄用の食材を買っておき、使った分だけ買い足すことをローリングストックといいます。この方法は鮮度を保ちつつ、一定量の食材を備蓄できます。また、賞味期限切れでの廃棄を抑制するため食品ロスを防ぐことにもつながります。いざという時のために平時から備えてください。

食べ物の助け合い運動 家庭の未使用食品を寄付して

☎ フードバンクまえばし ☎ 027-226-1591 (9時~17時)
社会福祉課 ☎ 027-898-5845

フードバンクまえばしでは、支援を必要とする地域の人や福祉施設・団体などへ集まった食品を届けています。詳しくは同館ホームページをご覧ください。



寄付してほしい食品

- 主食になるもの(米・乾麺・小麦粉など)
- インスタント食品(ラーメンなど)
- 飲料(ジュース・コーヒーなど)
- 乾物(ノリ・わかめなど)
- 食用油(オリーブ油・ごま油・サラダ油など)
- 保存食品(缶詰・瓶詰など)
- レトルト食品(カレー・スープなど)
- ギフトパック(お歳暮・お中元など)
- 調味料各種(しょうゆ・砂糖・塩など)

注意事項

- 賞味期限記載のもの(1カ月以上あるもの)
- 常温保存可能なもの
- 未開封のもの
- 破損していないもの
- 玄米は2年以内のもの
- 精米は半年以内のもの

※アルコールの入ったもの・生鮮食品・要冷凍・要冷蔵の食品は受け付けていません。

食品回収箱常設場所

- フードバンクまえばし
- しんしん大渡温水プール
- 前橋総合運動公園
- 前橋中央郵便局
- 前橋東郵便局
- 大胡郵便局
- 前橋関根郵便局
- 前橋三俣郵便局
- ファミリーマート
前橋下小出町店・前橋下石倉町店
- 各支所・市民サービスセンター
- 中央公民館



子育て世帯に食品や日用品を寄付して ☎ こども支援課 ☎ 027-220-5701

ひとり親家庭などへの支援を目的に、食品や日用品を無償で提供する、こどもフードパントリー事業を開始。主に企業や団体から寄付された食品などを対象者に提供します。寄付を検討する企業や団体は連絡してください。提供する対象者は今後、本市ホームページなどでお知らせします。

寄付してほしい食品 = フードバンクまえばしと同様(ただし、賞味期限が3カ月以上あるもの)

寄付してほしい日用品 = ティッシュペーパー、トイレトペーパー、洗剤など

