

食品ロス削減モニタ一調査 結果報告書

令和2年2月

旭川市環境部廃棄物政策課

目次

1 調査概要	1
(1) 目的	1
(2) 調査期間	1
(3) 調査対象	1
(4) モニター選考方法	1
(5) 調査内容	1
2 事前アンケート結果	2
(1) 年代	2
(2) 性別	2
(3) 就労状況	2
(4) 世帯構成	2
(5) 食品を買う頻度	3
(6) 食品を買う場所	4
(7) 買い物に行く前の行動	4
(8) 普段の冷蔵庫の状況	5
(9) 食品の買い置き状況	5
(10) 食事づくりに対する意識	5
3 食品ロスモニター調査結果	6
(1) 品目別の食品ロス量	6
(2) 年代別の食品ロス量	7
(3) 世帯構成別の食品ロス量	8
(4) 就労状況別の食品ロス量	10
(5) 捨てた食べ物の入手方法及び捨てた理由	10
(6) 品目別の食品ロス量詳細	11
(7) 事前アンケート結果と食品ロス量	35
ア 普段の冷蔵庫の状況別の食品ロス量	
イ 食品の買い置き状況別の食品ロス量	
ウ 食事づくりに対する意識と食品ロス量	

(8) 調査期間中の生ごみの量	37
-----------------	----

4 事後アンケート結果	38
--------------------	-----------

(1) 調査期間中の食品を買う頻度	38
(2) 食品を買う場所	38
(3) 買い物に行く前の行動	38
(4) 調査期間中の食品の廃棄量	39
(5) 食品ロスを減らせる余地	39
(6) 調査期間中の冷蔵庫の状況	40
(7) 調査の感想等	40
ア 食品ロスを出した原因について	
イ モニター調査に参加して気がついたこと等	
ウ 気を付けたこと，心がけたいこと	
エ 食品ロスを減らす行動やアイデア	
オ 意見，提言等	
カ その他の感想	

5 まとめ	43
--------------	-----------

1 調査概要

(1) 目的

食べられるのに捨てられてしまう食品である「食品ロス」の削減について効果的な取組を進めるために、家庭から排出される食品ロスの実態についてモニター調査を実施して発生要因を把握する。

(2) 調査期間

令和元年10月7日（月）から令和元年11月3日（日）まで

(3) 調査対象

旭川市民で、主に世帯の食事づくりを担っている20歳以上の方 30名

(4) モニター選考方法

参加希望者を公募したところ、定員を上回ったため年代や世帯構成に基づいて選考を行った。

(5) 調査内容

調査期間中に発生した食品ロスのうち「直接廃棄」（賞味期限切れ等により料理の食材又はそのまま食べられる食品として使用・提供されずにそのまま廃棄したもの）及び「食べ残し」（料理の食材として使用又はそのまま食べられるものとして提供された食品のうち、食べ残して廃棄したもの）について、発生日ごとに次の項目について調査した。

【調査項目】

- ・ 廃棄した食品名・料理名
- ・ 廃棄した食品の重量又は数量（重量はデジタルスケールで計量。やむを得ず計量できなかった場合は個数等で記録。）
- ・ 廃棄した食品の入手方法
- ・ 廃棄した理由
- ・ 調査期間中に出した生ごみの量（デジタルスケールで計量。）

また、調査期間の前後に食品の購入、食事づくりへの意識等に関するアンケートを実施し、食品ロスに対する意識の変化について調査した。

2 事前アンケート結果

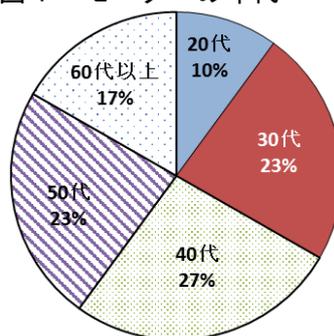
(1) 年代

モニターの年代は表1及び図1のとおりである

表1 モニターの年代

年代	人数
20代	3人
30代	7人
40代	8人
50代	7人
60代以上	5人
合計	30人

図1 モニターの年代



(2) 性別

モニターの性別は、男性1名、女性29名であった。

(3) 就労状況

モニターの就労状況は、「無職」が15人、「パートタイム勤務」が8人、「フルタイム勤務」が6人、在宅勤務が1人であった。「学生」及び「その他」はいなかった（図2-1、図2-2）。

図2-1 就労状況

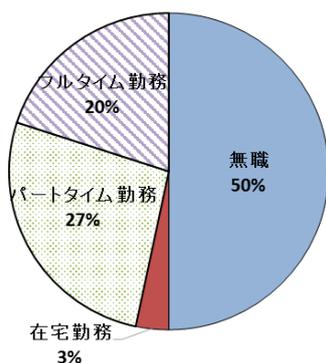
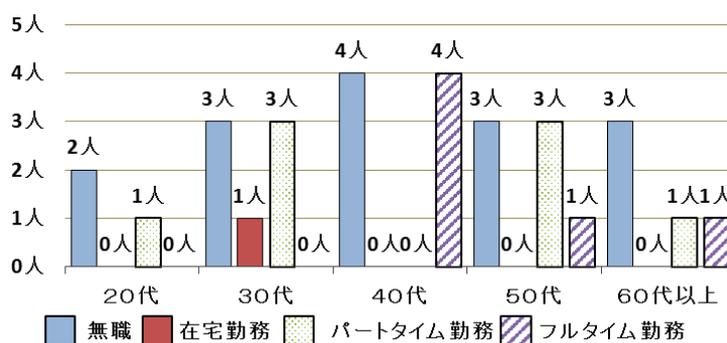


図2-2 年代別の就労状況



(4) 世帯構成

モニターの家族の人数については、「2人」と「3人」の世帯が9人ずつ、次いで「4人」の世帯が6人であり、合計で92人であった（表3）。

世帯構成は、家族の年代を「10歳未満」、「10代」（10歳～18歳の者）、「大人」（19歳以上の者）に分けて分類したところ、「10歳未満+大人」世帯と「大人のみ」世帯が

33%、「10代+大人」世帯が27%、「10歳未満+10代+大人」世帯は7%だった（図3）。また、モニターの年代別の世帯構成は表3のとおりである。

表2 家族の人数

家族の人数	モニター数
1人	2人
2人	9人
3人	9人
4人	6人
5人	3人
6人	1人
合計	30人

図3 世帯構成

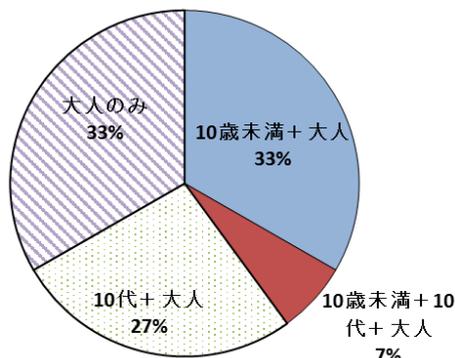


表3 年代別の世帯構成

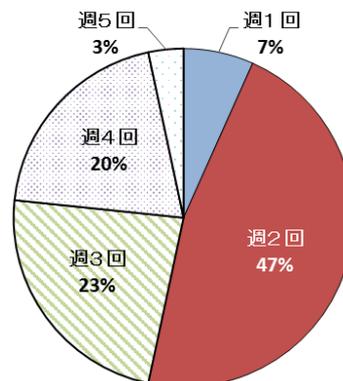
年代	人数	10歳未満+大人	10歳未満+10代+大人	10代+大人	大人のみ
20代	3人	2人	0人	0人	1人
30代	7人	6人	0人	0人	1人
40代	8人	1人	2人	4人	1人
50代	7人	0人	0人	4人	3人
60代以上	5人	1人	0人	0人	4人
合計	30人	10人	2人	8人	10人

(5) 食品を買う頻度

食品を買う頻度は「週2回」が最も多く、「週6回」「週7回」は0人であった（図4）。

なお、回答のうち「2～3回」等としたものについては、多い方の回数で集計した。

図4 食品を買う頻度



(6) 食品を買う場所

食品を買う場所について、頻度の高い順に順位をつけてもらったところ、全てのモニターが「スーパーマーケット」を1位と回答した。また、2位と3位では「ドラッグストア」と回答した人が多かった。一方、「宅配」については22人が「利用しない」と回答しており、食品は基本的に実店舗で購入している場合が多いという結果となった(表4)。

表4 食品を買う場所

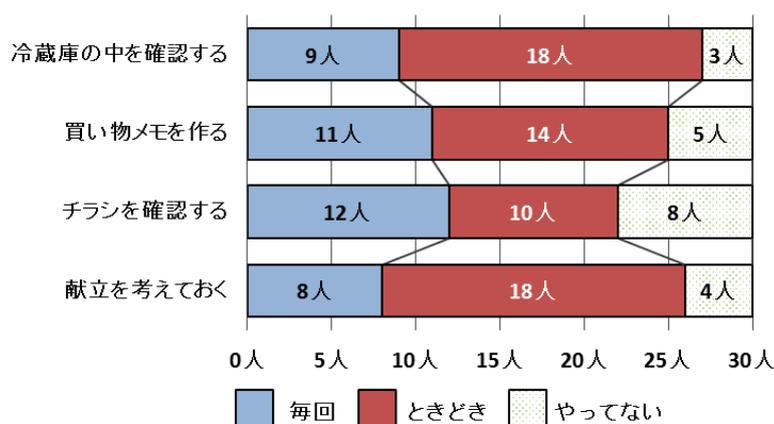
	1位	2位	3位	4位	5位	6位	利用しない
スーパーマーケット	30人	0人	0人	0人	0人	0人	0人
コンビニエンスストア	0人	4人	6人	6人	2人	2人	10人
宅配	0人	6人	1人	0人	0人	1人	22人
ドラッグストア	0人	9人	7人	2人	0人	0人	12人
専門店	0人	5人	3人	3人	2人	0人	17人
直売所, 道の駅	0人	4人	2人	5人	5人	2人	12人

(7) 買い物に行く前の行動

「冷蔵庫の中を確認する」とした人が、「毎回」と「ときどき」を合わせて27人と最も多かった。選択肢の行動をどれもやっていないと回答した人はいなかった(図5)。

その他にしている行動としては、「空腹で買い物に行かない」「1人で買い物に行く」「家族の食事の予定を確認する」「予算を決めて行く」「冷蔵庫以外の場所に収納してある食品を確認する」という回答があった。

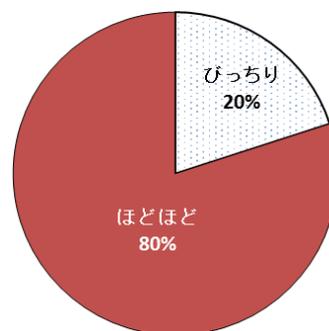
図5 買い物に行く前の行動



(8) 普段の冷蔵庫の状況

普段の冷蔵庫の状況について尋ねたところ、80%が「ほどほど」、20%が「びっちり」と回答した。「スカスカ」と回答したモニターはいなかった（図6）。

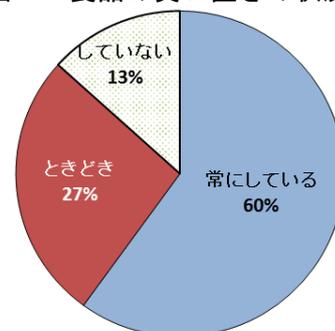
図6 普段の冷蔵庫の状況



(9) 食品の買い置き状況

缶詰やインスタント食品など、常温で保存できる食品の買い置き状況について尋ねたところ、60%が「常にしている」と回答した。また、「ときどきしている」が27%、「ほとんどしていない」が13%であった（図7）。

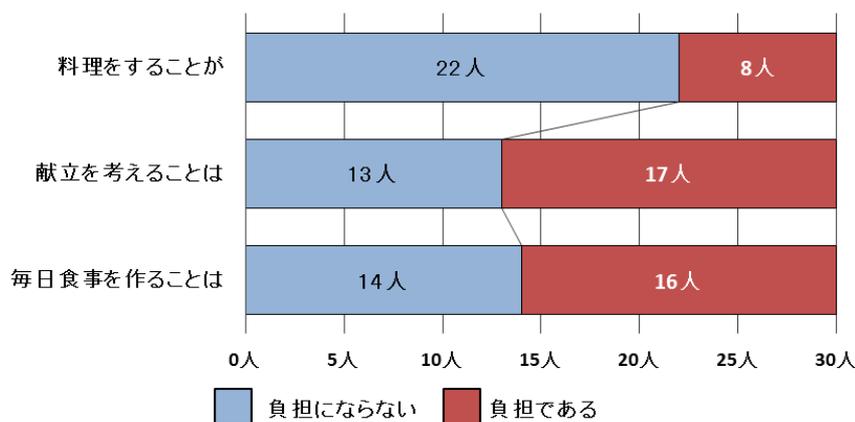
図7 食品の買い置き状況



(10) 食事づくりに対する意識

食事づくりについて負担を感じているか尋ねたところ、毎日の食事づくりと献立を考えることについて半数以上が「負担である」と回答した。一方、料理をすることについては7割以上が「負担にならない」と回答した（図8）。

図8 食事づくりに対する意識



3 食品ロスモニター調査結果

食品ロス量は品目別、モニターの年代別、世帯構成別、就労状況別に集計し、それぞれについて1世帯当たり食品ロス量を算出した。また、モニターの年代別及び世帯構成別については品目ごとの食品ロス量も集計した。さらに、モニター調査では捨てた食べ物ごとに「入手方法」と「捨てた理由」、「捨てた理由」が「食べ残し」の場合はさらにその理由を調査したため、それらについても品目別に集計した。

なお、集計に当たって、やむを得ず計量できなかった食品の重量については、他のモニターの計量結果や類似製品等の重量を参考とした。

(1) 品目別の食品ロス量

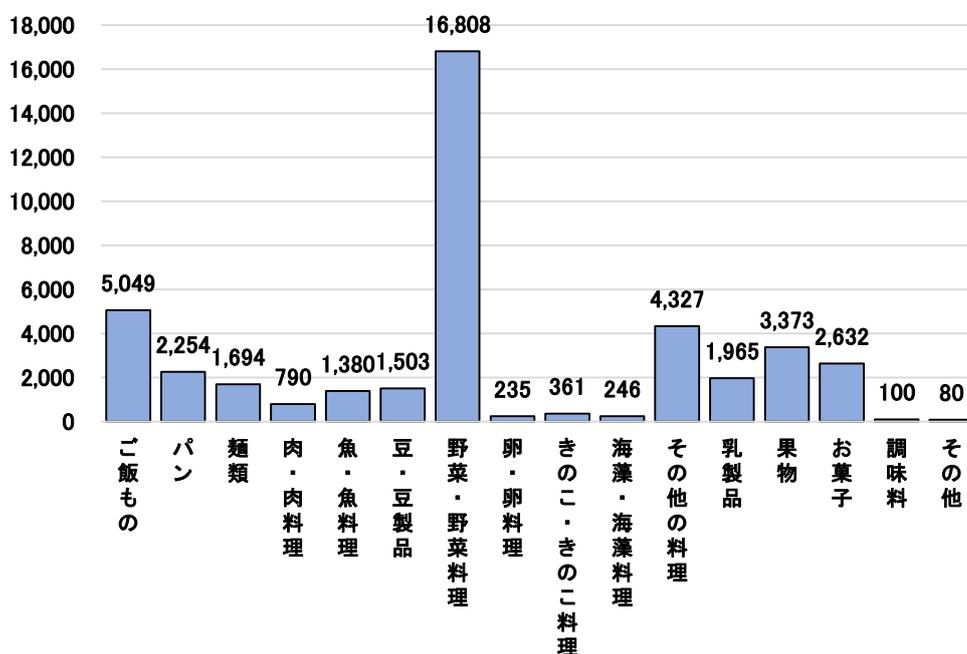
調査期間中の食品ロスの総量は42,797gで、1世帯当たりの食品ロス量は1,426.5gであった。

「捨てた食べ物」として記録された食品を16品目に分類して※、それぞれの食品ロス量を集計した(表5, 図9)。最も食品ロス量が多かったのが「野菜, 野菜料理」の16,808g(39.3%)次いで「ご飯もの」の5,049g(11.8%)であった。

表5 品目別の食品ロス量と件数

No.	品目	食品ロス量 (g)	割合	件数 (件)
①	ご飯もの	5,049	11.8%	53
②	パン	2,254	5.3%	24
③	麺類	1,694	4.0%	16
④	肉・肉料理	790	1.8%	11
⑤	魚・魚料理	1,380	3.2%	11
⑥	豆・豆製品	1,503	3.5%	11
⑦	野菜・野菜料理	16,808	39.3%	139
⑧	卵・卵料理	235	0.5%	6
⑨	きのこ・きのこ料理	361	0.8%	9
⑩	海藻・海藻料理	246	0.6%	6
⑪	その他の料理	4,327	10.1%	49
⑫	乳製品	1,965	4.6%	8
⑬	果物	3,373	7.9%	20
⑭	お菓子	2,632	6.1%	22
⑮	調味料	100	0.2%	1
⑯	その他	150	0.2%	1
	合計	42,797	100.0%	387

図9 品目別の食品ロス量(単位:g)



※ 食品の分類については、捨てられた食品の種類を把握しやすいようにしたものであり、分類内容の詳細は「(6) 品目別の食品ロス詳細」で示す。

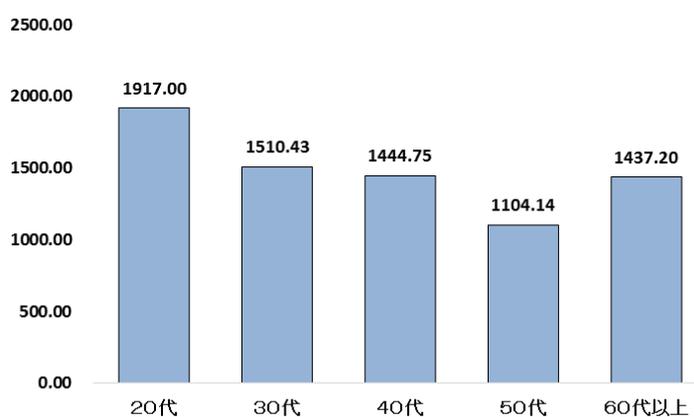
(2) 年代別の食品ロス量

年代別の食品ロス量の合計は表6のとおりである。また、年代ごとにモニター数が異なることから、年代別の1世帯当たり食品ロス量を算出した(図10)。1世帯当たりの食品ロス量は20代が最も多く、50代が最も少なかった。50代については、調査期間中の食品ロスが全くない世帯があったが、その世帯を除いた場合でも1,288gであった。

表6 年代別食品ロス量(g)

年代	食品ロス量
20代	5,751
30代	10,573
40代	11,558
50代	7,729
60代以上	7,186
合計	42,797

図10 年代別の1世帯当たり食品ロス量(単位:g)



年代別の食品ロス量の、品目ごとの集計結果は表7のとおりである。20代では「お菓子」が最も多かったが、他の年代では「野菜・野菜料理」のロス量が最も多かった。

なお、品目別の1世帯当たり食品ロス量については「(6) 品目別の食品ロス詳細」で示す。

表7 品目ごとの年代別食品ロス量(g)

No.	品目	20代	30代	40代	50代	60代以上
①	ご飯もの	521	702	2,481	729	616
②	パン	886	826	0	150	392
③	麺類	160	566	0	826	142
④	肉・肉料理	296	0	279	168	47
⑤	魚・魚料理	72	518	258	69	463
⑥	豆・豆製品	0	461	195	0	847
⑦	野菜・野菜料理	594	4,775	6,016	3,121	2,302
⑧	卵・卵料理	0	26	131	57	21
⑨	きのこ・きのこ料理	68	0	0	140	153
⑩	海藻・海藻料理	0	115	6	100	25
⑪	その他の料理	534	1,206	1,267	1,250	0
⑫	乳製品	1,000	10	180	680	95
⑬	果物	0	1,010	569	100	1,694
⑭	お菓子	1,620	358	76	259	319
⑮	調味料	0	0	100	0	0
⑯	その他	0	0	0	80	70
合計		5,751	10,573	11,558	7,729	7,186

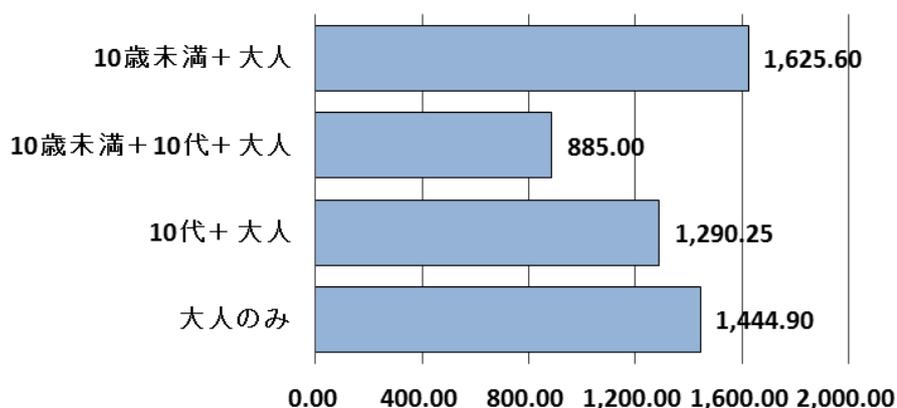
(3) 世帯構成別の食品ロス量

世帯構成別の食品ロス量の合計は表8、1世帯当たり食品ロス量は図11のとおりであった。1世帯当たりの食品ロス量は「10歳未満+大人」世帯が最も多く、「10歳未満+10代+大人」世帯が最も少なかった。

表8 世帯構成別食品ロス量(g)

世帯構成	食品ロス量
10歳未満+大人	16,256
10歳未満+10代+大人	1,770
10代+大人	10,322
大人のみ	14,449
合計	42,797

図 11 世帯構成別の1世帯当たり食品ロス量(単位:g)



世帯構成別の食品ロス量の、品目ごとの集計結果は表9のとおりであるが、全ての世帯構成において「野菜・野菜料理」が最も多く廃棄されていた。なお、品目別の1世帯当たり食品ロス量については「(6) 品目別の食品ロス詳細」で示す。

表9 品目ごとの世帯構成別食品ロス量(g)

No.	品目	10歳未満+大人	10歳未満+10代+大人	10代+大人	大人のみ
①	ご飯もの	1,314	0	2,444	1,291
②	パン	1,685	0	50	519
③	麺類	726	0	568	400
④	肉・肉料理	325	140	178	147
⑤	魚・魚料理	596	0	112	672
⑥	豆・豆製品	461	0	150	892
⑦	野菜・野菜料理	5,117	1,321	4,827	5,543
⑧	卵・卵料理	99	0	57	79
⑨	きのこ・きのこ料理	153	0	140	68
⑩	海藻・海藻料理	140	6	0	100
⑪	その他の料理	1,731	153	1,377	1,066
⑫	乳製品	1,010	0	75	880
⑬	果物	898	97	0	2,378
⑭	お菓子	2,001	53	244	334
⑮	調味料	0	0	100	0
⑯	その他	0	0	0	80
合計		16,256	1,770	10,322	14,449

(4) 就労状況別の食品ロス量

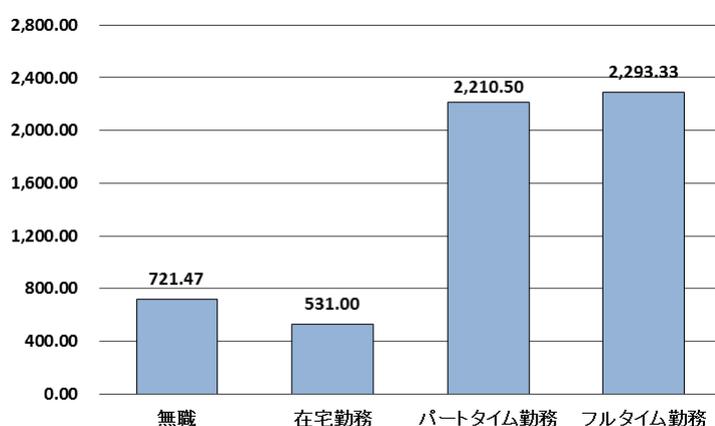
就労状況別の食品ロス量の合計は表 10 のとおりであった。人数は「無職」の方が最も多かったが、食品ロス量の合計は「パートタイム勤務」「フルタイム勤務」よりも少ない結果となった。

また、1世帯当たり食品ロス量は図 12 のとおりであり、「フルタイム勤務」が最も多く、次いで「パートタイム勤務」であった。

表 10 就労状況別食品ロス量(g)

就労状況	食品ロス量
無職	10,822
在宅勤務	531
パートタイム勤務	17,684
フルタイム勤務	13,760
合計	42,797

図 12 就労状況別の1世帯当たり食品ロス量(単位:g)



(5) 捨てた食べ物の入手方法及び捨てた理由

「捨てた食べ物の入手方法」及び「捨てた理由」は件数により集計した。調査期間中の食品ロスの排出件数は387件であった(表5)。

「捨てた食べ物の入手方法」については、「買った物」が41%で最も多く、次いで「家庭で作った物」の35%であった(図13)。

また、「捨てた理由」としては、「食べ残し」と「傷んだ」がいずれも42%、「期限切れ」が10%であった(図14)。

「捨てた理由」のうち、「食べ残し」としたものの理由については、「その他」の39%が最も多く、次いで「作りすぎた・買いすぎた」が28%、「おいしくなかった」が20%であった(図15)。

「その他」と回答したものは64件あったが、そのうち体調不良等の理由で子供が食べ残したと記載したものが43件で、「作りすぎた・買いすぎた」と回答したもの(45件)に次いで多い件数であり、「捨てた理由」全体の26%を占めた。

なお、これらの品目別の1世帯当たり食品ロス量については「(6) 品目別の食品ロス詳細」で示す。

図13 捨てた食べ物の入手方法 (n=387)

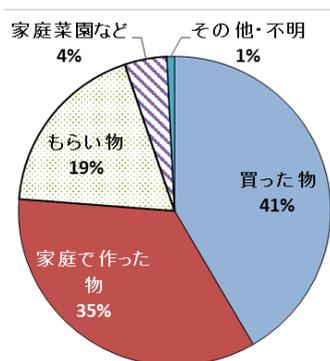


図14 捨てた理由 (n=387)

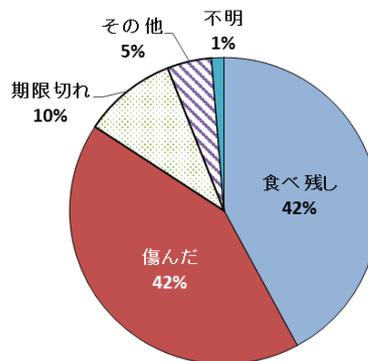
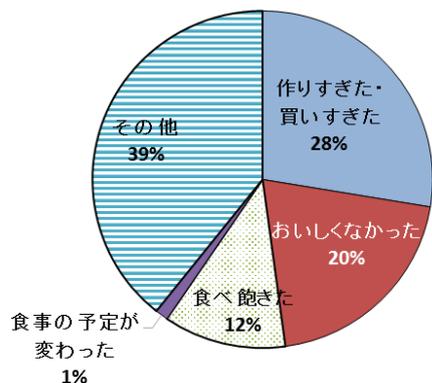


図15 食べ残した理由 (n=163)



(6) 品目別の食品ロス量詳細

食品ロスの品目ごとに、具体的な内訳、年代別の1世帯当たり食品ロス量、捨てた食べ物の入手方法、捨てた理由、食べ残した理由、世帯構成別の1世帯当たり食品ロス量を集計した。

① ご飯もの

ご飯ものの食品ロスは53件で5,049gあった。内訳は表11のとおりであり、「米、白飯」の廃棄が2,658gで最も多かった。また、年代別の1世帯当たり食品ロス量は、40代が310.1gで最も多く、次いで20代が173.7gであった(図16-1)。

捨てた食べ物の入手方法としては、「家庭で作った物」が77%、「買った物」が17%、「もらい物」が6%であった(図16-2)。

捨てた理由は、「食べ残し」が72%、「傷んだ」が19%であった。「その他」の理由は、冷凍焼けや常温で置いて固くなったことが挙げられた。また、「食べ残し」で捨

てた場合の理由については、「その他」が74%で最も多かった（図16-3、16-4）。「その他」と回答した28件のうち、22件が子供の体調不良や食べ忘れ等による食べ残しであった。

世帯構成別の1世帯当たり食品ロス量は、「10代+大人」世帯が305.5gで最も多かった。「10歳未満+10代+大人」世帯ではロスはなかった（図16-5）。

表11 ご飯ものの食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
米, 白飯	2,658	29	
おかゆ, 雑炊	645	6	雑炊, おかゆ (具入り含む)
おにぎり	580	3	
混ぜご飯, 味付けご飯	590	7	ふりかけご飯, ワカメご飯, チャーハン等
丼物等	576	8	親子丼, カレーライス, 納豆ご飯等
合計	5,049	53	

図16-1 ご飯ものの1世帯当たり食品ロス量(単位:g)

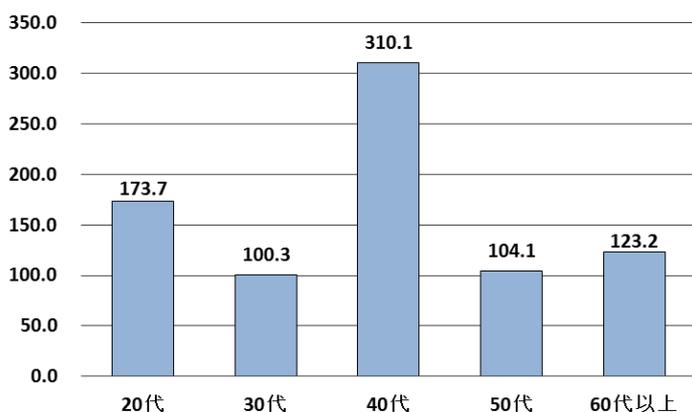


図16-2 入手方法 (n=53)

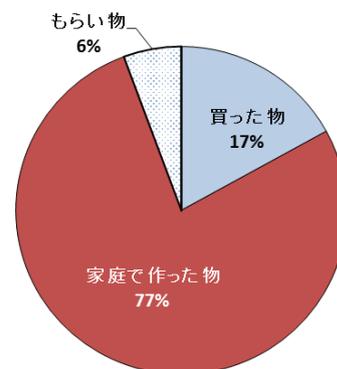


図16-3 捨てた理由 (n=53)

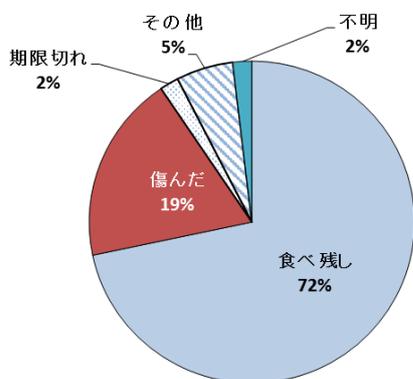


図16-4 食べ残した理由 (n=38)

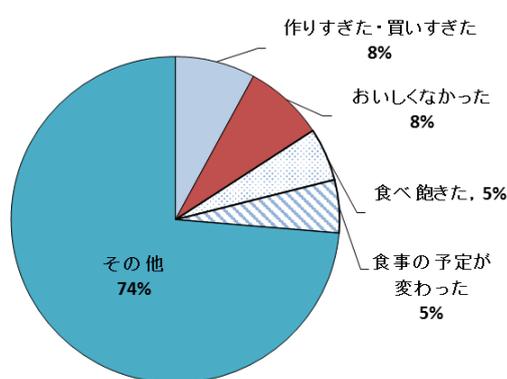
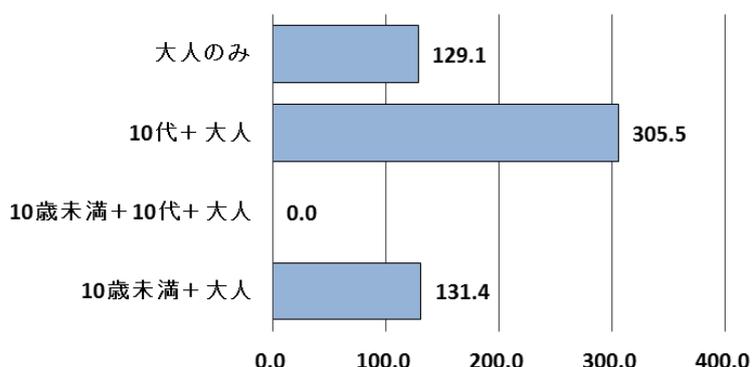


図 16-5 ご飯もの世帯構成別 1 世帯当たり食品ロス量 (単位 : g)



②パン

パンの食品ロスは 24 件で 2,254g あった。内訳は表 12 のとおりであり、「食事パン」の廃棄が 1,854g で最も多かった。また、年代別の 1 世帯当たり食品ロス量は、20 代が 295.3g で最も多く、次いで 30 代の 118.0g であった。(図 17-1)。

捨てた食べ物の入手方法としては、「買った物」が 58%、「もらい物」が 25%、「家庭で作った物」が 17% であった (図 17-2)。

捨てた理由は、「食べ残し」と「期限切れ」が 33%、「傷んだ」と「その他」が 17% であった。「その他」の理由は、落とした、焦がした、等が挙げられた。また、「食べ残し」で捨てた場合の理由については、「おいしくなかった」が 50%、次いで「その他」25% であった。「その他」の理由としては子供が何らかの理由で残したものだ (図 17-3, 図 17-4)。

世帯構成別の 1 世帯当たり食品ロス量は、「10 代+ 大人」世帯が 168.5g で最も多かった。「10 歳未満+10 代+ 大人」世帯ではロスはなかった (図 17-5)。

表 12 パンの食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
食事パン	1,854	17	食パン, ライ麦パン, バターロール等
菓子パン	222	4	チョコパン, メロンパン, ドーナツ等
総菜パン	178	3	ハンバーガー, ピザ
合計	2,254	24	

図 17-1 パンの1世帯当たり食品ロス量 (単位: g)

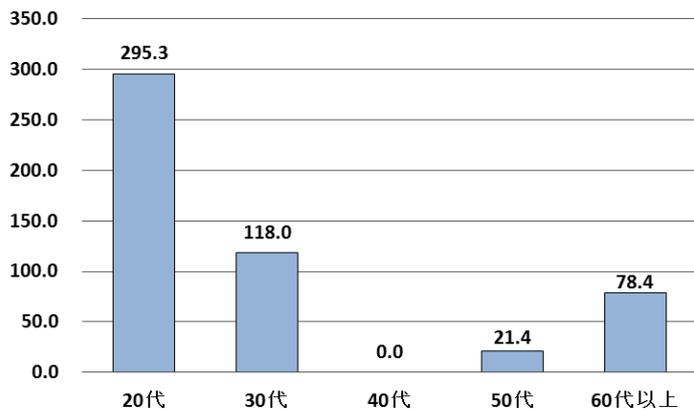


図 17-2 入手方法 (n=24)

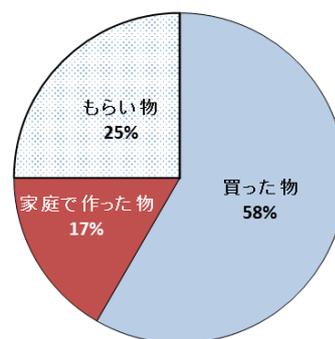


図 17-3 捨てた理由 (n=24)

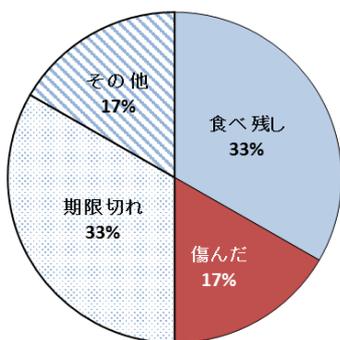


図 17-4 食べ残した理由 (n=8)

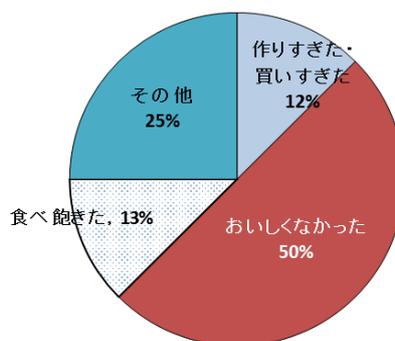
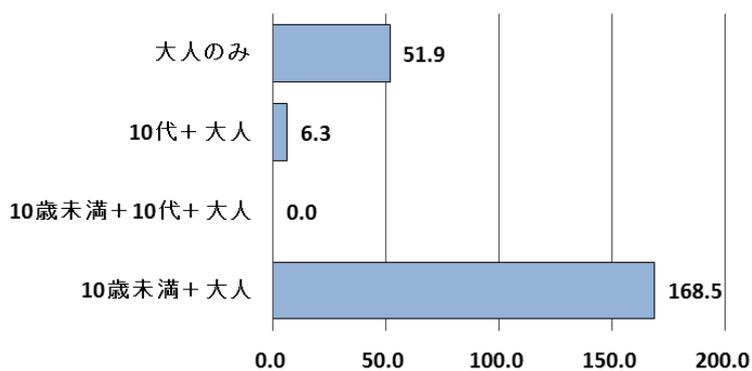


図 17-5 パンの世帯構成別1世帯当たり食品ロス量 (単位: g)



③麺類

麺類の食品ロスは16件で1,694gあった。内訳は表13のとおりであり、「うどん」と「ラーメン」の廃棄が同程度であった。また、年代別の1世帯当たり食品ロス量は、50代が118.0gで最も多く、次いで30代の80.9gであった。(図18-1)。

捨てた食べ物の入手方法としては、「家庭で作った物」が56%、「買った物」が44%であった(図18-2)。

捨てた理由は、「食べ残し」が88%とほとんどを占めた(図18-3)。また、「食べ残し」で捨てた場合の理由については、「作りすぎた・買いすぎた」が43%、次いで「おいしくなかった」が28%であった。「その他」の理由としては満腹で食べ残したものが多かった(図18-4)。

世帯構成別の1世帯当たり食品ロス量は、「10代+大人」世帯と「10歳未満+大人」世帯が多く、「10歳未満+10代+大人」世帯ではロスはなかった(図18-5)。

表13 麺類の食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
うどん	578	6	五目うどん, カうどん, うどんの麺等
ラーメン	533	5	ラーメンの麺等
パスタ	322	3	スパゲッティ, ショートパスタ等
焼きそば	261	2	焼きそば, 蒸し麺
合計	1,694	16	

図18-1 麺類の1世帯当たり食品ロス量(単位:g)

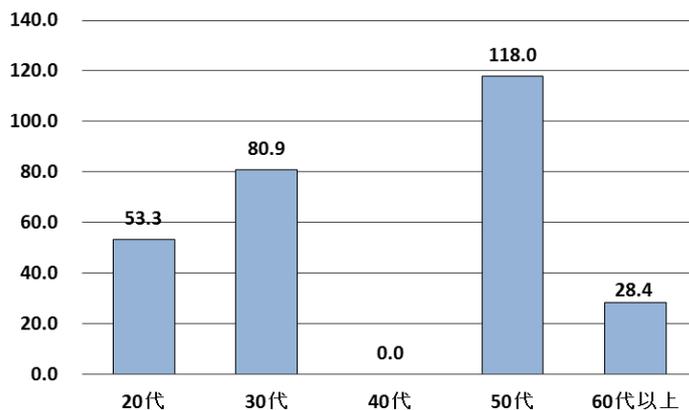


図18-2 入手方法 (n=16)

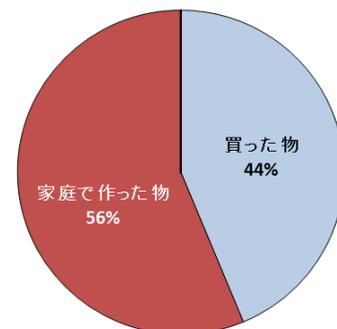


図 18-3 捨てた理由 (n=16)

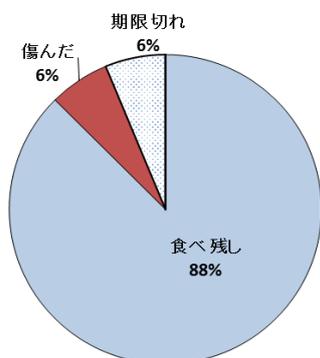


図 18-4 食べ残した理由 (n=14)

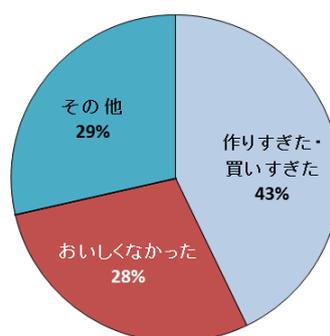
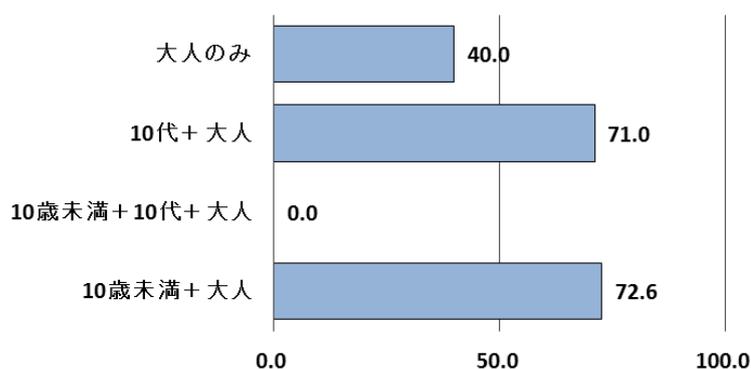


図 18-5 麺類の世帯構成別 1 世帯当たり食品ロス量 (単位 : g)



④肉・肉料理

肉・肉料理の食品ロスは 1 1 件で 790g あった。内訳は表 14 のとおりであり、「肉料理」が 522g で最も多かった。なお、内訳を分類する際に、記載された食品名では未調理なのか調理済みなのか不明のものがあつたが、「捨てた理由」が「食べ残し」である場合は調理済みのものとして分類した。

年代別の 1 世帯当たり食品ロス量は、20代が 98.7g で最も多かった (図 19-1)。

捨てた食べ物の入手方法としては、「家庭で作った物」が 55% で最も多く、次いで「買った物」が 27% であつた (図 19-2)。

捨てた理由は、「食べ残し」が 64% で最も多かった。また、「傷んだ」の 9% は全て未調理の肉であつた (図 19-3)。「食べ残し」で捨てた場合の理由については、「作りすぎた・買いすぎた」と「おいしくなかった」と「その他」が同程度であつた。「その他」は子どもの食べ残しと理由の記載がないものであつた (図 19-4)。

世帯構成別の 1 世帯当たり食品ロス量は、「10歳未満+10代+大人」世帯が 70.0g で最も多かった (図 19-5)。

表 14 肉・肉料理の食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
未調理の肉	221	1	ひき肉
肉料理	522	9	唐揚げ, ハンバーグ, 照り焼きチキン等
肉加工品	47	1	ウインナー
合計	790	11	

図 19-1 肉・肉料理の1世帯当たり食品ロス量(単位:g) 図 19-2 入手方法(n=11)

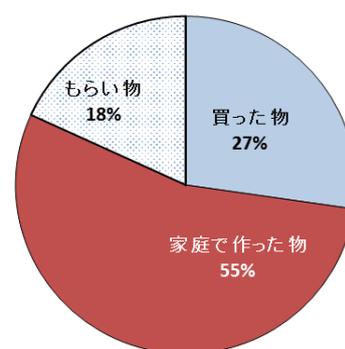
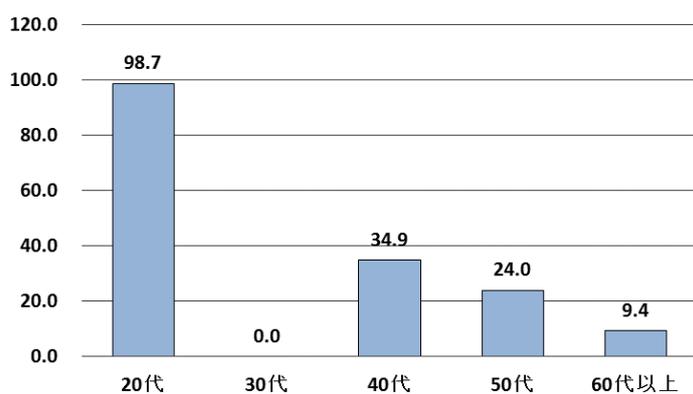


図 19-3 捨てた理由 (n=11)

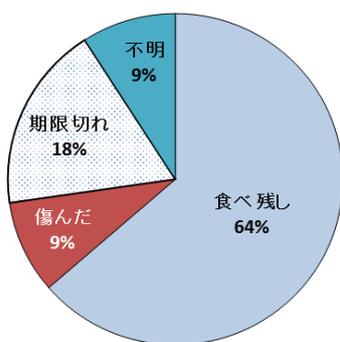


図 19-4 食べ残した理由 (n=7)

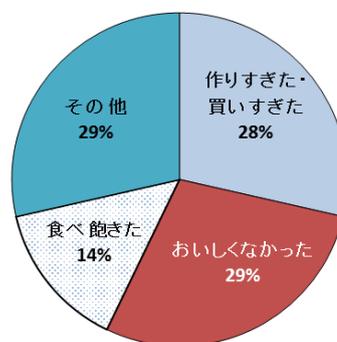
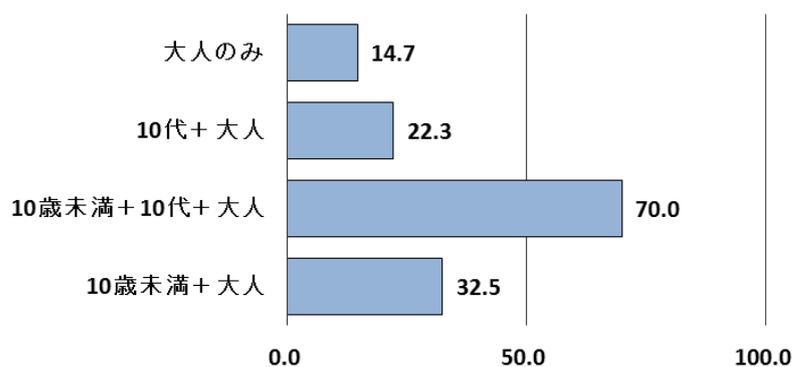


図 19-5 肉・肉料理の世帯構成別1世帯当たり食品ロス量(単位:g)



⑤魚・魚料理

魚・魚料理の食品ロスは11件で1,380gあった。内訳は表15のとおりであり、「未調理の魚」が768gで最も多かった。ただし、件数としては「魚料理」のほうが多かった。未調理の魚は丸ごと複数捨てられている場合があり、件数の割には重量が多かった。なお、内訳を分類する際に、記載された名称では未調理なのか調理済みなのか不明のものがあつたが、「肉・肉料理」と同様に判断して分類した。

年代別の1世帯当たり食品ロス量は、60代が92.6gで最も多かった(図20-1)。

捨てた食べ物の入手方法としては、「買った物」が73%、「家庭で作った物」が27%であった(図20-2)。「もらい物」、「家庭菜園等」は0件であった。

捨てた理由は、「食べ残し」が55%で最も多かった。また、「傷んだ」と回答した3件のうち、2件が冷凍焼けによるものであった。(図20-3)。「食べ残し」で捨てた場合の理由については、「その他」が67%あり、全て子供の食べ残しであった(図20-4)。

世帯構成別の1世帯当たり食品ロス量は、「大人のみ」世帯が67.2gで最も多く、次いで「10歳未満+大人」世帯が59.6gであった。「10歳未満+10代+大人」世帯ではロスがなかった(図20-5)。

表15 魚・魚料理の食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
未調理の魚	768	3	サンマ, 鮭
魚料理	599	7	焼きサバ, 魚フライ, サーモンマリネ等
魚加工品	13	1	かまぼこ
合計	1,380	11	

図20-1 魚・魚料理の1世帯当たり食品ロス量(単位:g) 図20-2 入手方法(n=11)

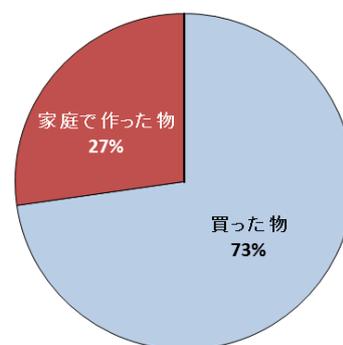
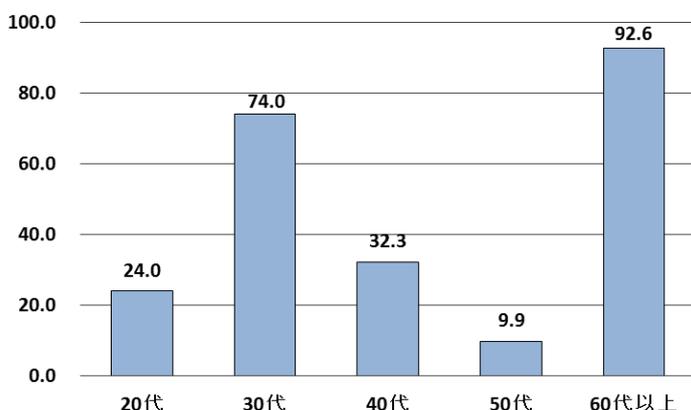


図 20-3 捨てた理由 (n=11)

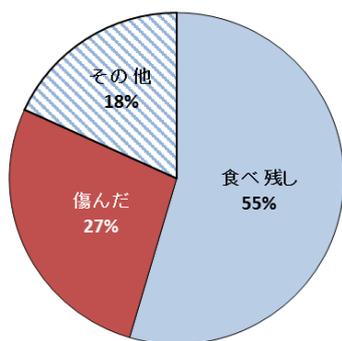


図 20-4 食べ残した理由 (n=6)

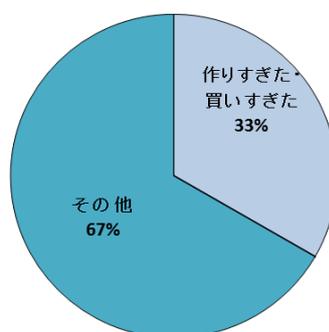
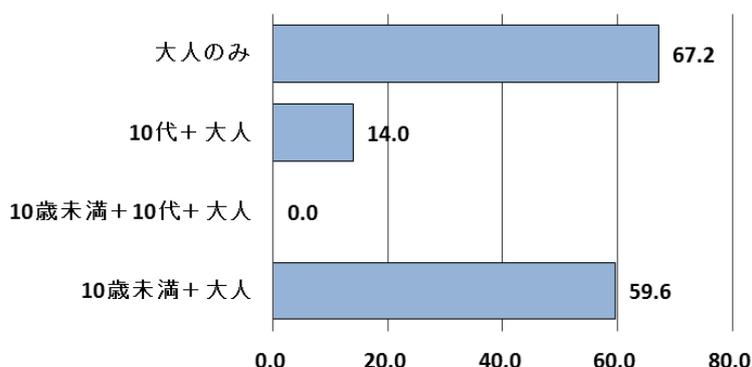


図 20-5 魚・魚料理の世帯構成別 1 世帯当たり食品ロス量 (単位: g)



⑥豆・豆製品

豆・豆製品の食品ロス量は 11 件で 1,503g あった。内訳は表 16 のとおりであり、「豆腐」が 650g で最も多かった。ただし、件数としては「納豆」のほうが多かった。

年代別の 1 世帯当たり食品ロス量は、60代が 169.4g で突出して多かった。20代と 50代ではロスがなかった (図 21-1)。

捨てた食べ物の入手方法としては、「買った物」が 91% で、11 件中 10 件が該当した (図 21-2)。

捨てた理由は、「期限切れ」が 55% で最も多く、次いで「傷んだ」が 27% であった (図 21-3)。「食べ残し」で捨てたのは 1 件で、食べ飽きて捨てたものであった。

世帯構成別の 1 世帯当たり食品ロス量は、「大人のみ」世帯が 89.2g で最も多く、次いで「10歳未満+大人」世帯が 46.1g であった。「10歳未満+10代+大人」世帯ではロスがなかった (図 21-4)。

表 16 豆・豆製品の食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
納豆	441	6	
豆腐	650	3	
その他の豆製品, 料理	412	2	おから, 生揚げの煮物
合計	1,503	11	

図 21-1 豆・豆製品の1世帯当たり食品ロス量(単位:g)

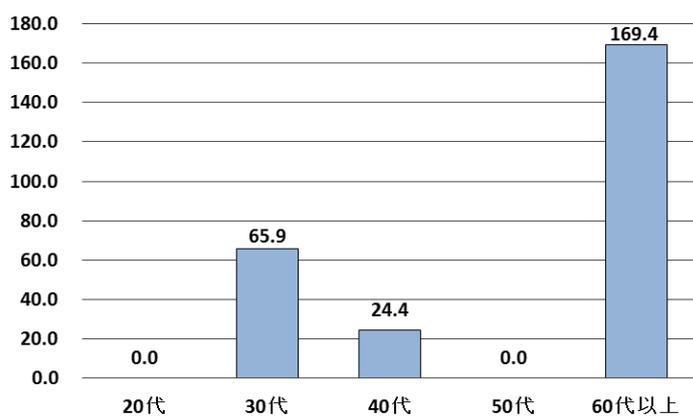


図 21-2 入手方法 (n=11)

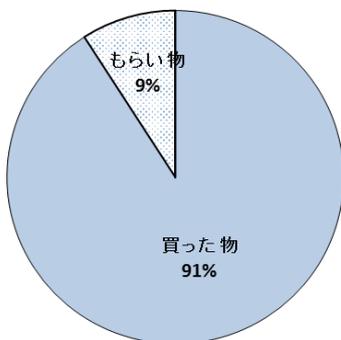


図 21-3 捨てた理由 (n=11)

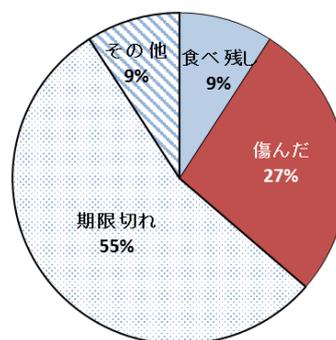
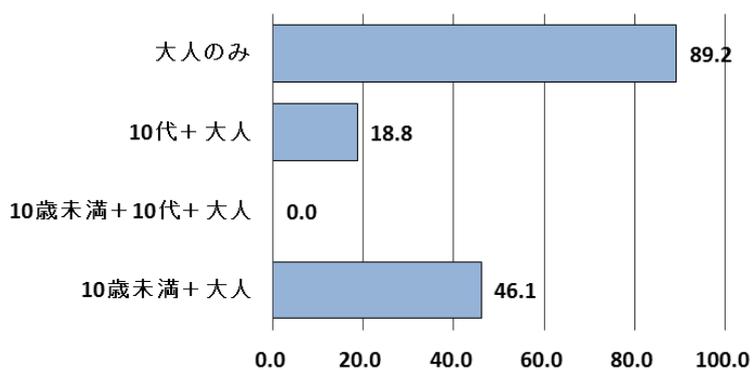


図 21-4 豆・豆製品の世帯構成別1世帯当たり食品ロス量(単位:g)



⑦野菜・野菜料理

野菜・野菜料理の食品ロス量は139件で16,808gあった。内訳は表17のとおりであり、「トマト」が1,805gで最も多かった。また、未調理の野菜と野菜料理では未調理の野菜のロス量が多く、全体の66%を占めた。野菜料理では「漬物、酢の物」のロス量が最も多く、2,308gあった。

年代別の1世帯当たり食品ロス量は、40代が752.0gで最も多く、次いで30代の682.1gであった(図22-1)。

捨てた食べ物の入手方法としては、「買った物」が37%、「もらい物」が27%、「家庭で作った物」が24%であった(図22-2)。

捨てた理由は、「傷んだ」が71%で最も多く、次いで「食べ残し」が25%であった(図22-3)。「傷んだ」と回答した98件のうち、84件が未調理の野菜だった。

「食べ残し」で捨てた理由としては「作りすぎた・買いすぎた」と「おいしくなかった」が概ね同数であり、「その他」が26%であった。「その他」と回答した9件のうち、子供の食べ残しが5件、食べ残したものを保存していて傷ませたものが4件だった(図22-4)。

世帯構成別の1世帯当たり食品ロス量は、「10歳未満+10代+大人」世帯が660.5gで最も多かったが、世帯構成による大きな差は見られなかった(図22-5)。

表17 野菜・野菜料理の食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
トマト	1,805	18	トマト, ミニトマト
ピーマン	379	7	
キャベツ	597	6	
きゅうり	450	4	
レタス	487	7	
白菜	1,962	7	
ブロッコリー	197	4	ブロッコリー, 茎ブロッコリー
たまねぎ	437	6	
にんじん	770	6	
大根	1,393	4	大根の葉を含む
かぼちゃ, 芋類	495	6	かぼちゃ, ジャガイモ等
香味野菜	125	4	しょうが, みょうが, ネギ, パセリ
その他の葉物野菜	409	4	小松菜, 水菜, チンゲンサイ, ターサイ
その他の野菜	1,539	8	なす, もやし, ししとう, ズッキーニ等
サラダ	434	5	野菜サラダ, ポテトサラダ等
煮物など	1,452	4	カボチャの煮物, ゆで野菜

食品名	捨てた量	件数	内容
漬物、酢の物	2,308	15	漬物、キムチ、酢の物等
炒め物	340	7	野菜炒め、きんぴら
おひたし等	433	9	おひたし、ナムル、ごま和え
その他の野菜料理	796	8	大学いも、ドライトマト、薬味等
合計	16,808	139	

図 22-1 野菜・野菜料理の1世帯当たり食品ロス量（単位：g）

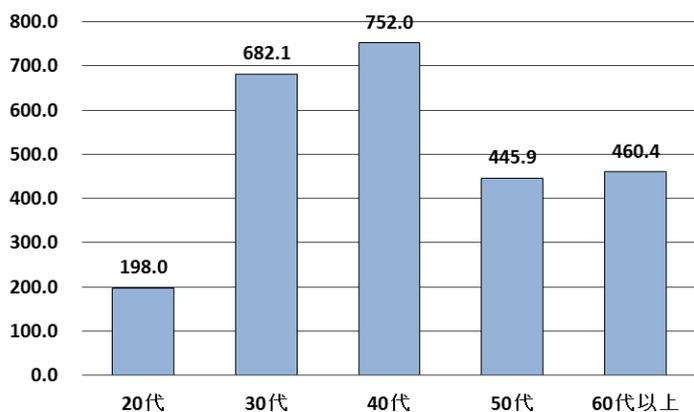


図 22-2 入手方法 (n=139)

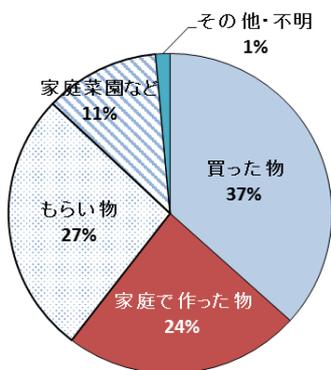


図 22-3 捨てた理由 (n=139)

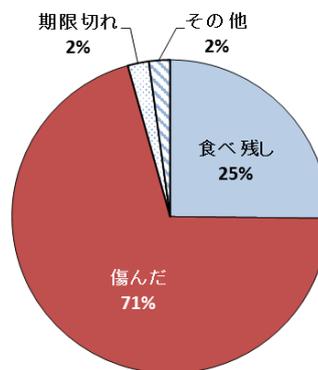


図 22-4 食べ残した理由 (n=35)

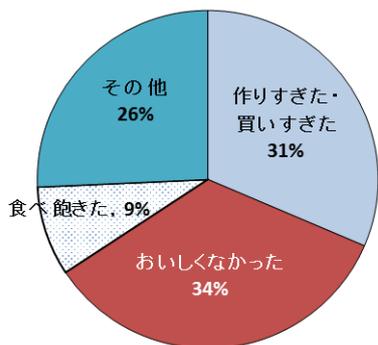
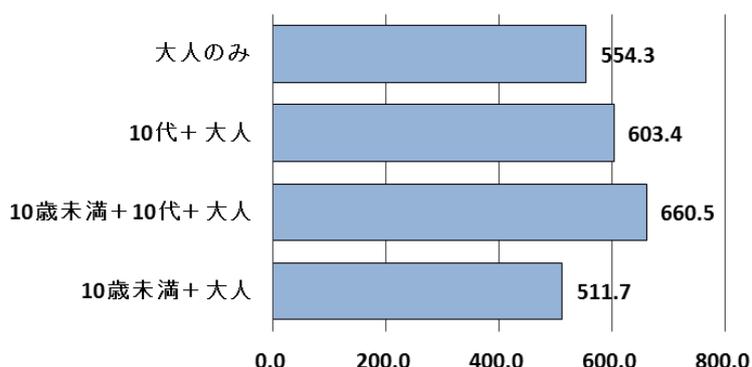


図 22-5 野菜・野菜料理の世帯構成別 1 世帯当たり食品ロス量 (単位 : g)



⑧卵・卵料理

卵・卵料理の食品ロスは6件で235gあった。内訳は表18のとおりであるが、全体の量が少ないので、大きな差は出なかった。

年代別の1世帯当たり食品ロス量は、40代が16.40gで最も多く、20代はロスがなかった(図23-1)。

捨てた食べ物の入手方法としては、「買った物」が67%、「家庭で作った物」が33%であった。家庭で作った物は全て玉子焼きであった(図23-2)。

捨てた理由は、「食べ残し」が83%、「傷んだ」が17%であった(図23-3)。

「食べ残し」で捨てた理由としては「作りすぎた・買いすぎた」と「その他」が40%、「おいしくなかった」が20%であった。「その他」と回答したものは全て子供の食べ残しであった(図23-4)。

世帯構成別の1世帯当たり食品ロス量は、「10歳未満+大人」世帯が9.9gで最も多かったが、全体の量が少ないので、大きな差は出なかった(図23-5)。

表 18 卵・卵料理の食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
卵	90	2	生卵, ゆで卵
玉子焼き	72	3	
その他の卵料理	73	1	茶碗蒸し
合計	235	6	

図 23-1 卵・卵料理の1世帯当たり食品ロス量(単位:g) 図 23-2 入手方法 (n=6)

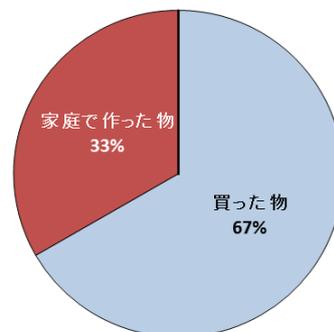
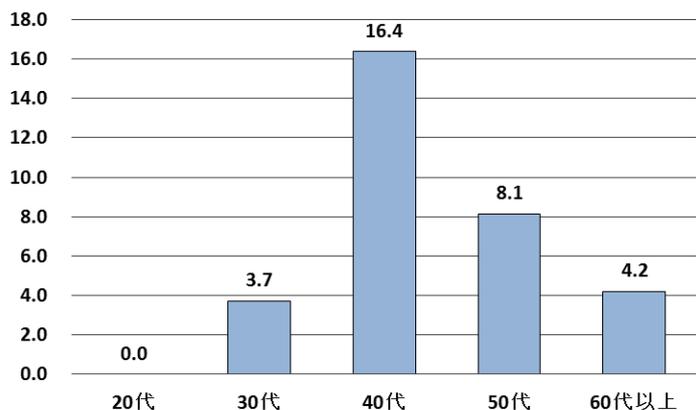


図 23-3 捨てた理由 (n=6)

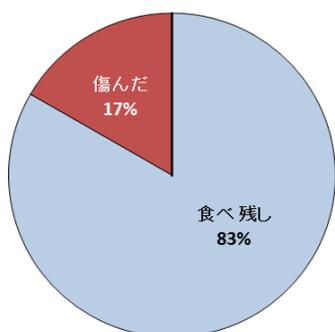


図 23-4 食べ残した理由 (n=5)

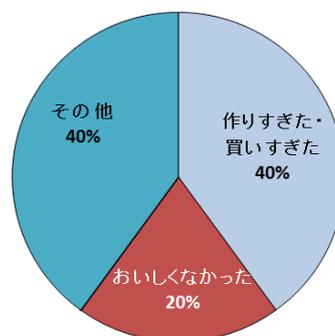
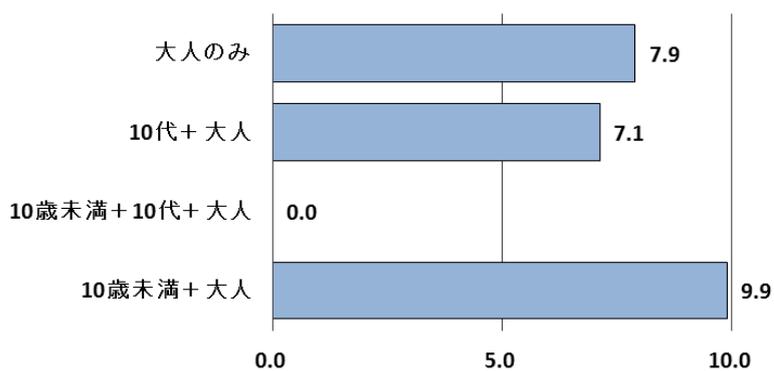


図 23-5 卵・卵料理の世帯構成別1世帯当たり食品ロス量(単位:g)



⑨きのこ・きのこ料理

きのこ・きのこ料理の食品ロスは9件で361gあった。内訳は表19のとおりであり、「しいたけ」が143gで最も多かった。

年代別の1世帯当たり食品ロス量は、60代以上が30.6gで最も多く、30代、40代はロスがなかった(図24-1)。

捨てた食べ物の入手方法としては、「買った物」が78%、「家庭で作った物」と「もらい物」が11%であった(図24-2)。

捨てた理由は、「傷んだ」が89%であった(図24-3)。食べ残して捨てたものは1件であり、子供の食べ残しによるものであった。

世帯構成別の1世帯当たり食品ロス量は、「10代+大人」世帯が17.5gで最も多く、「10歳未満+10代+大人」世帯ではロスがなかった(図24-4)。

表19 きのこ・きのこ料理の食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
しいたけ	143	4	
えのき	102	2	
なめこ	97	2	
エリンギ	19	1	調理されたものを含む
合計	361	9	

図24-1 きのこ・きのこ料理の1世帯当たり食品ロス量(単位:g)

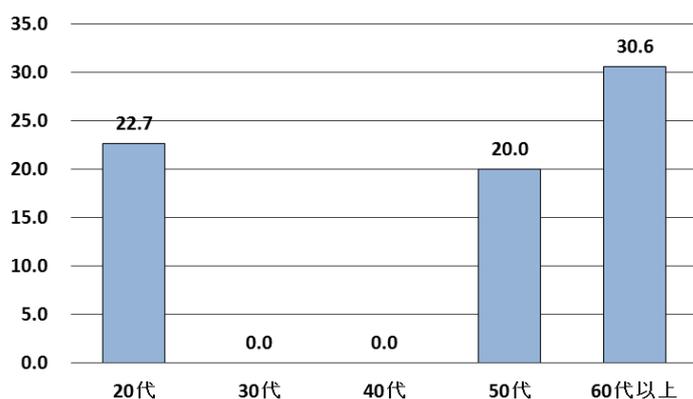


図 24-2 入手方法 (n=9)

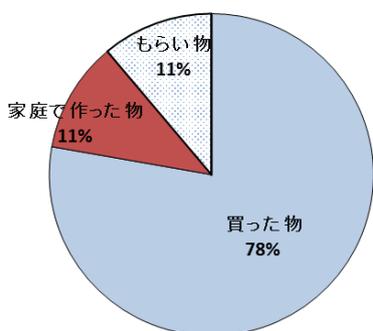


図 24-3 捨てた理由 (n=9)

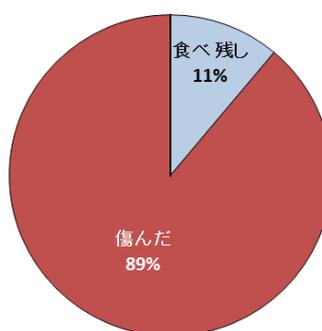
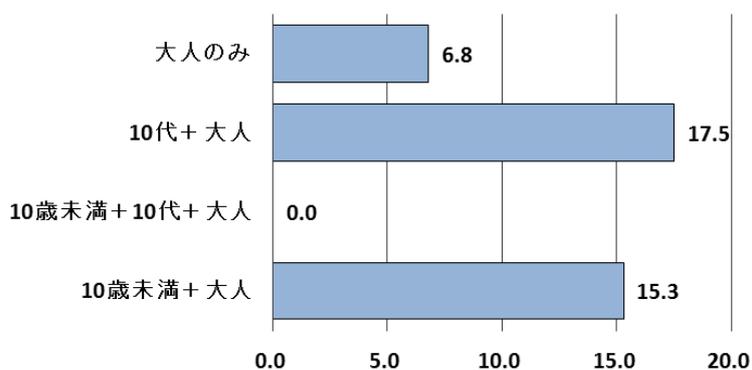


図 24-4 きのこ・きのこ料理の世帯構成別 1 世帯当たり食品ロス量 (単位 : g)



⑩海藻・海藻料理

海藻・海藻料理の食品ロスは 6 件で 246g あった。内訳は表 20 のとおりであり、未調理と調理済みでは調理済みのもののロスが多かった。

年代別の 1 世帯当たり食品ロス量は、30 代以上が 16.4g で最も多く、次いで 40 代が 14.3g だった。20 代ではロスがなかった (図 25-1)。

捨てた食べ物の入手方法としては、「買った物」と「家庭で作った物」が 50%ずつという結果であった (図 25-2)。

捨てた理由は、「傷んだ」が 67%であった (図 25-3)。食べ残して捨てたものは 1 件であり、「作りすぎた・買いすぎた」ことによるものであった。

世帯構成別の 1 世帯当たり食品ロス量は、「10 歳未満+大人」世帯が 17.5g で最も多く、「10 歳未満+10 代+大人」世帯ではロスがなかった (図 25-4)。

表 20 海藻・海藻料理の食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
未調理の海藻	21	2	めかぶ, オカワカメ
海藻料理	225	4	佃煮, ひじきの煮物等
合計	246	6	

図 25-1 海藻・海藻料理の1世帯当たり食品ロス量 (単位: g)

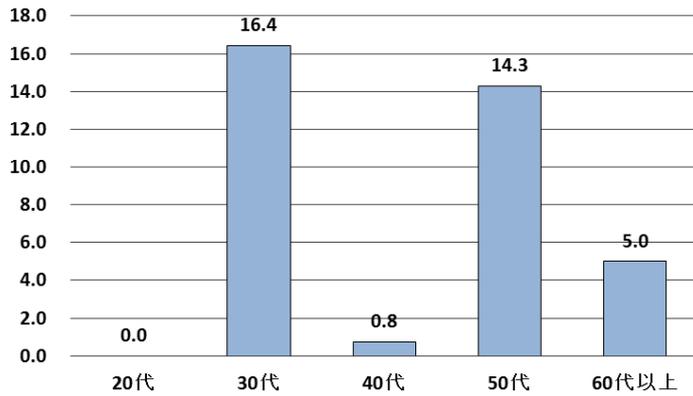


図 25-2 入手方法 (n=6)

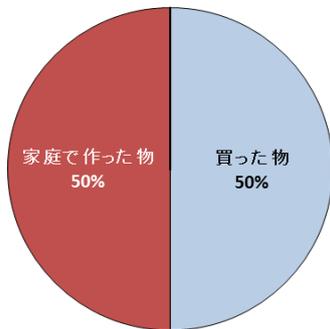


図 25-3 捨てた理由 (n=6)

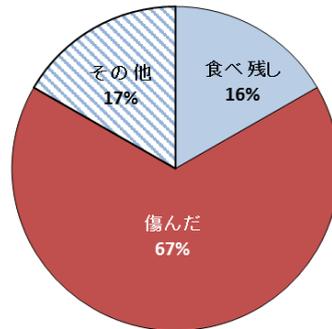
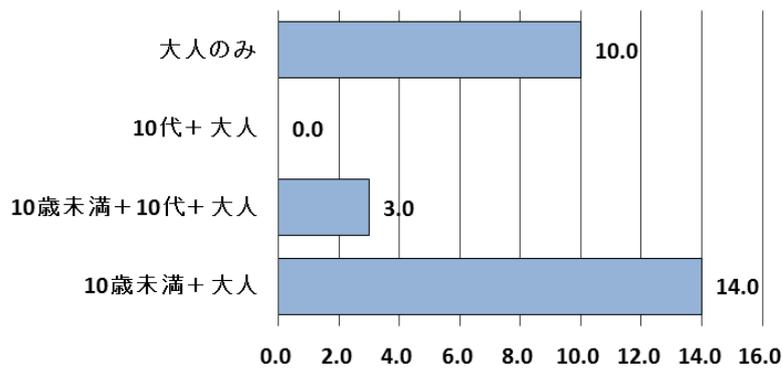


図 25-4 海藻・海藻料理の世帯構成別1世帯当たり食品ロス量 (単位: g)



①その他の料理

その他の料理には、料理のメイン食材が明確でなかったり、弁当のように複数の料理を合わせて計量していたりするものを分類した。

その他料理の食品ロス量は49件で4,327gあった。内訳は表21のとおりであり、「その他の料理」が1,326gで最も多くなったが、この項目には同じ食品名でまとめられなかった料理を分類しているため多くなったものである。次いで「みそ汁」が998g、「カレー等」が794gであった。

年代別の1世帯当たり食品ロス量は、60代以上が14.0gと少なく、その他の年代は概ね同程度の量であった（図26-1）。

捨てた食べ物の入手方法としては、「家庭で作った物」が61%で最も多く、次いで「買った物」が37%であった（図26-2）。

捨てた理由は、「食べ残し」が78%で最も多かった（図26-3）。食べ残した理由としては、「作りすぎた・買いすぎた」が45%、「食べ飽きた」と「その他」が共に26%であった（図26-4）。「その他」と回答した10件のうち、子供の食べ残しが5件であった。

世帯構成別の1世帯当たり食品ロス量は、「10歳未満+大人」世帯と「10代+大人」世帯が同程度で多かった（図26-5）。

表21 その他の料理の食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
みそ汁	998	15	みそ汁の具
離乳食	462	8	
カレー等	794	6	カレー, シチュー, 肉じゃが
鍋物の具	337	3	すきやき, 鍋料理の残り
弁当等	410	5	弁当類, 「主食+おかず」で記載されたもの
その他の料理	1,326	12	メイン食材が特定できない料理等
合計	4,327	49	

図 26-1 その他の料理の1世帯当たり食品ロス量（単位：g）

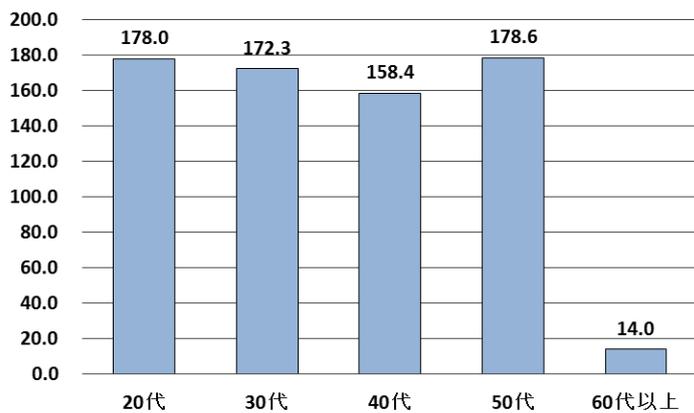


図 26-2 入手方法 (n=49)

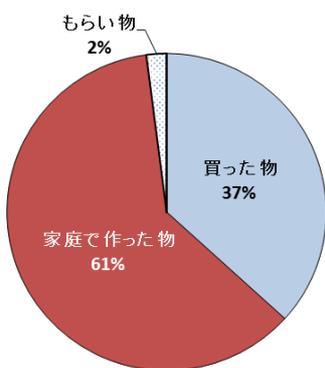


図 26-3 捨てた理由 (n=49)

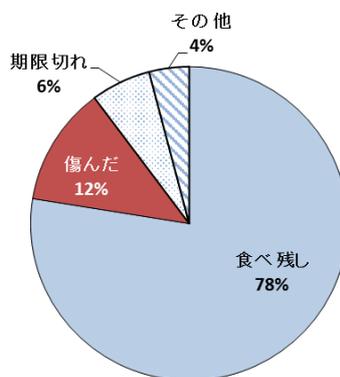


図 26-4 食べ残した理由 (n=38)

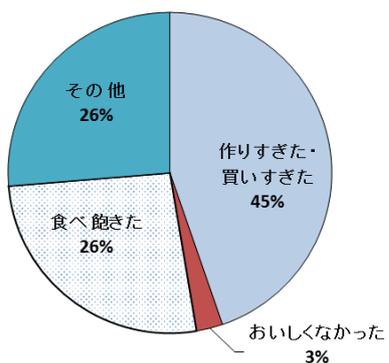
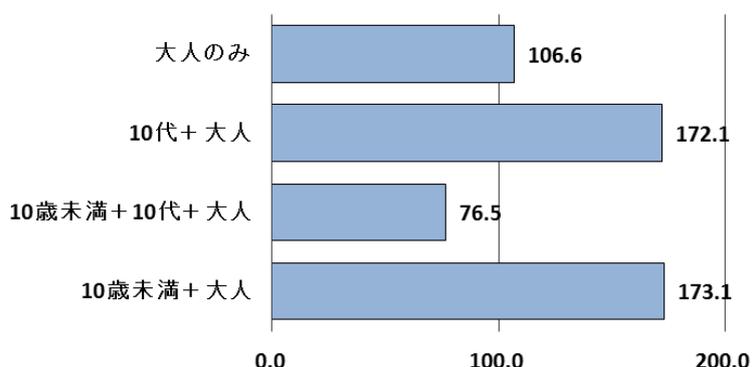


図 26-5 その他の料理の世帯構成別 1 世帯当たり食品ロス量 (単位 : g)



⑫乳製品

乳製品の食品ロスは 8 件で 1,965g あった。内訳は表 22 のとおりであり、「チーズ」の量が多かった。また、年代別の 1 世帯当たり食品ロス量は、20 代のロス量が多くなっている。(図 27-1)。これらは、1 回に 1,000g のチーズを廃棄した 20 代の世帯があったことによるものである。

捨てた食べ物の入手方法としては、「買った物」が 75% で最も多く、「家庭で作った物」と「もらい物」が同数であった(図 27-2)。

捨てた理由は、「期限切れ」が 62% で最も多く、食べ残して捨てた物はなかった(図 27-3)。モニターのメモでは、製菓材料として購入した残りや食べ方が分からなかった物を傷ませたり期限切れにしたりして捨てたとのことであった。

世帯構成別の 1 世帯当たり食品ロス量は、「10 歳未満+大人」世帯が最も多く、次いで「大人」世帯となっており、「10 歳未満+10 代+大人」世帯ではロスがなかった(図 27-4)。

表 22 乳製品の食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
ヨーグルト	730	4	
チーズ	1,235	4	クリームチーズ等
合計	1,965	8	

図 27-1 乳製品の1世帯当たり食品ロス量 (単位: g)

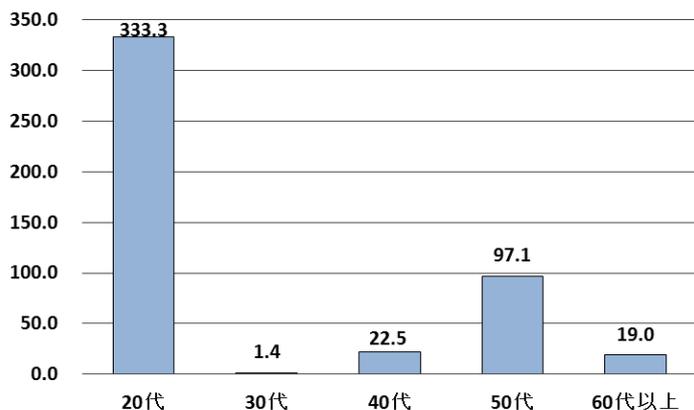


図 27-2 入手方法 (n=8)

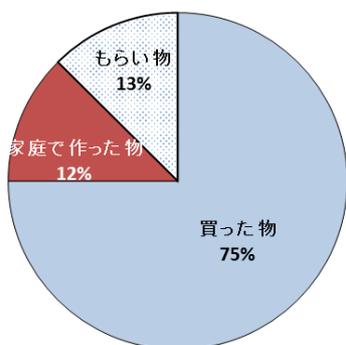
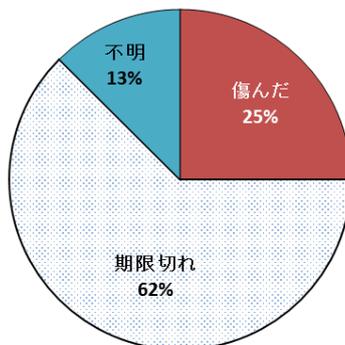
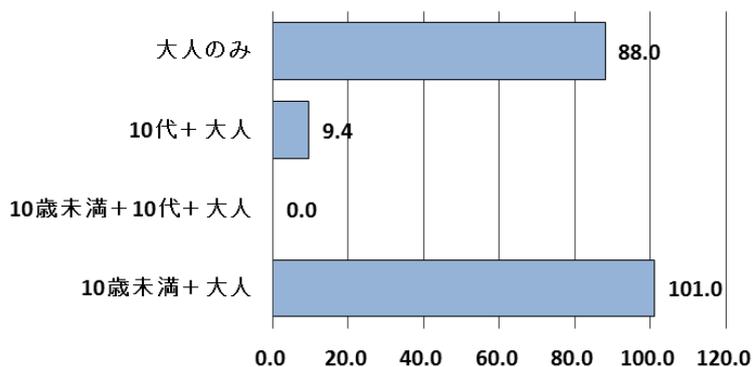


図 27-3 捨てた理由 (n=8)



※ 図 27-2 の「家庭で作った物」と「もらい物」については、端数処理の都合で1%のズレが生じているが、件数は同数である (1件ずつ)。

図 27-4 乳製品の世帯構成別1世帯当たり食品ロス量 (単位: g)



⑬果物

果物の食品ロス量は20件で3,373gあった。内訳は表23のとおりであり、「ぶどう」が最も多く、次いで「梨」が多かった。これは調査期間中に売切れている果物であるため多くなったと考えられる。

また、年代別の1世帯当たり食品ロス量は、60代以上のロス量が多く、20代のロスがなかった。(図28-1)。

捨てた食べ物の入手方法としては、「買った物」が65%、「もらい物」が35%であった(図28-2)。

捨てた理由は、「傷んだ」が80%で最も多く、「食べ残し」が15%であった(図28-3)。「その他」の理由としては「ぼけてきた」とのことだった。また、食べ残して捨てた理由は、全て「おいしくなかった」であった。

世帯構成別の1世帯当たり食品ロス量は、「大人のみのみ」世帯が最も多く、「10代+大人」世帯ではロスがなかった(図28-4)。

表23 果物の食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
みかん	492	6	
ぶどう	1,190	5	
梨	863	3	
バナナ	233	2	
いちご	65	2	
その他	530	2	りんご, プラム
合計	3,373	20	

図28-1 果物の1世帯当たり食品ロス量(単位:g)

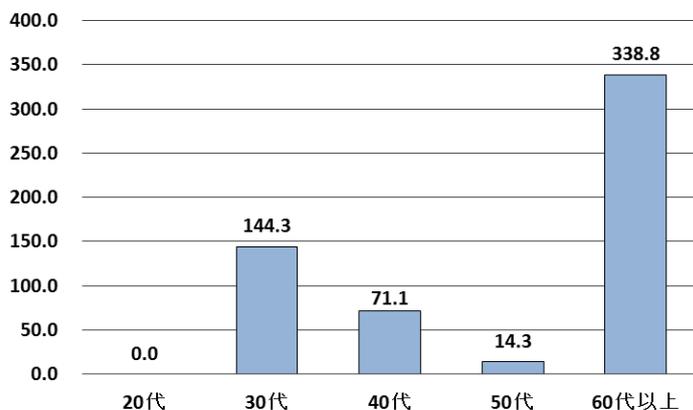


図 28-2 入手方法 (n=20)

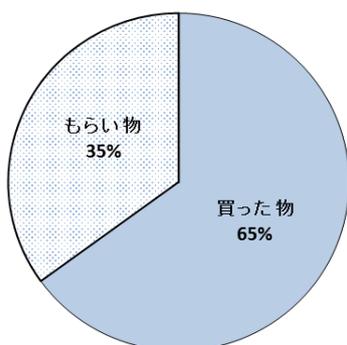


図 28-3 捨てた理由 (n=20)

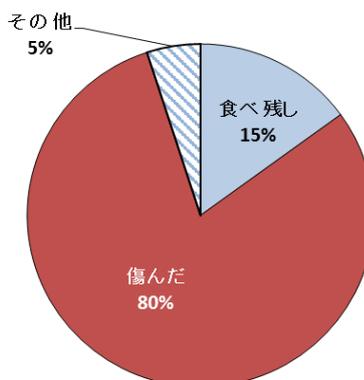
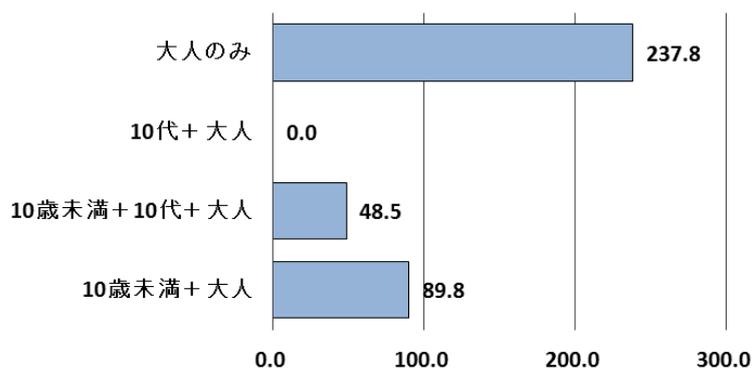


図 28-4 果物の世帯構成別 1 世帯当たり食品ロス量 (単位 : g)



⑭お菓子

お菓子の食品ロスは 22 件で 2,632g あった。内訳は表 24 のとおりであり、「洋菓子」がロス量の 3/4 を占めた。また、年代別の 1 世帯当たり食品ロス量は、20 代のロス量が多くなっている。(図 29-1)。これらは、ケーキ類をホールのまま廃棄するなどした 20 代の世帯があったことによるものである。

捨てた食べ物の入手方法としては、「もらい物」が 59% で最も多く、次いで「買った物」の 32% であった (図 29-2)。

捨てた理由は、「期限切れ」が 32% で最も多く、次いで「食べ残し」と「傷んだ」が 27% の同数であった。(図 29-3)。

食べ残して捨てた理由としては、「おいしくなかった」が 50% で最も多かった。また、「その他」の理由としては、異物が入って食べられなくなった、トッピングの分量が多くて残した、とのことだった (図 29-4)。

世帯構成別の 1 世帯当たり食品ロス量は、「10 歳未満+大人」世帯が最も多く、その他の世帯構成は概ね同程度であった (図 29-5)。

表 24 お菓子の食品ロス量内訳

食品名	捨てた量	件数	内容
和菓子	486	7	おはぎ, 餅菓子, えびせん等
洋菓子	2,010	12	ケーキ類, クッキー, チョコレート等
ジャム, 製菓材料	136	3	イチゴジャム, ラムレーズン等
合計	2,632	22	

図 29-1 お菓子の1世帯当たり食品ロス量(単位:g)

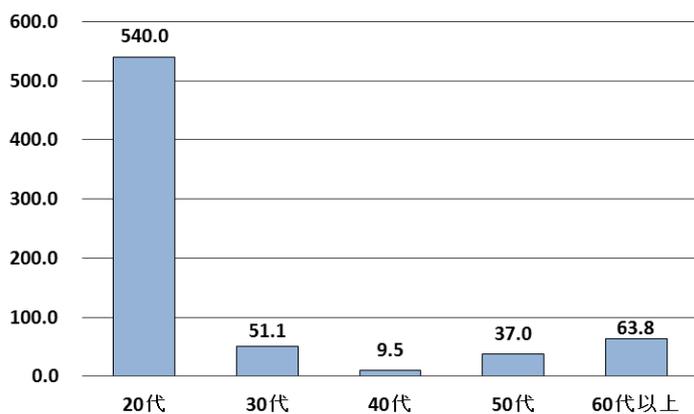


図 29-2 入手方法 (n=22)

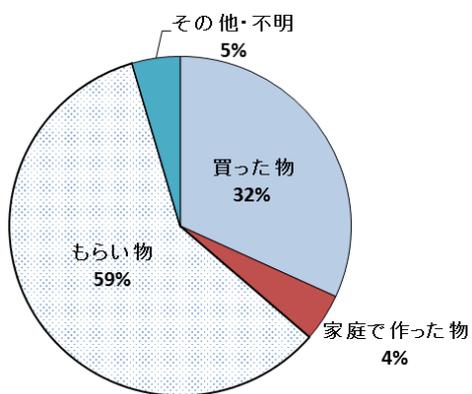


図 29-3 捨てた理由 (n=22)

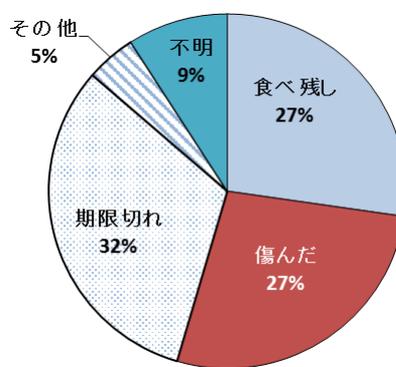


図 29-4 食べ残した理由 (n=6)

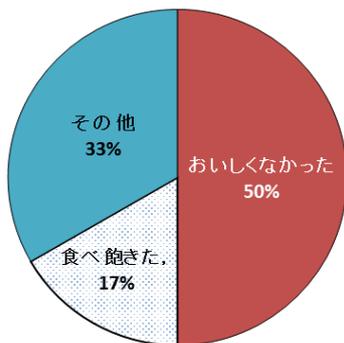
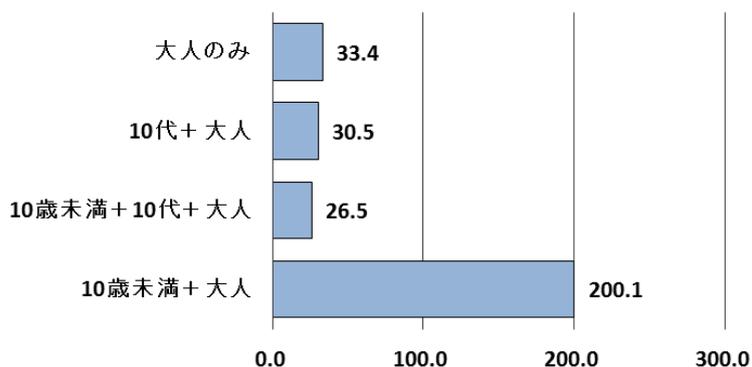


図 29-5 果物の世帯構成別 1 世帯当たり食品ロス量 (単位 : g)



⑮調味料

調味料の食品ロスは 1 件で 100g であった。食品名は「塩こうじ」で、「買った物」を「期限切れ」で廃棄していた。

⑯その他

「その他」はいずれの品目にも該当しない食品を分類し、1 件で 80g であった。食品名は「イースト」で、「買った物」を「期限切れ」で廃棄していた。

(7) 事前アンケート結果と食品ロス量

事前アンケートの項目のうち、「普段の冷蔵庫の状況」、「食品の買い置き状況」、「食事づくりに対する意識」別の食品ロス量を集計した。

ア 普段の冷蔵庫の状況別の食品ロス量

普段の冷蔵庫の状況別は表 25 のとおりであり、1 世帯当たりの量で比較すると、「びっちり詰まっている」と回答した世帯の食品ロス量は、「ほどほどにゆとりがある」と回答した世帯よりも 1.5 倍以上も多かった。

表 25 普段の冷蔵庫の状況別の食品ロス量

	人数(人)	食品ロス量(g)	1 世帯当たり(g)
びっちり詰まっている	6	12,059	2,009.8
ほどほどにゆとりがある	24	30,738	1,280.8
いつもスカスカである	0	0	—
合計	30	42,797	

イ 食品の買い置き状況別の食品ロス量

常温で保存できる食品の買い置き状況別は表 26 のとおりであり、1 世帯当たりの量で比較すると、「ほとんどしていない」と回答した世帯の食品ロス量が最も多く、「常にしている」と回答した世帯が最も少ない結果となった。

表 26 食品の買い置き状況別の食品ロス量

	人数(人)	食品ロス量(g)	1 世帯当たり(g)
常にしている	18	21,162	1,175.7
ときどきしている	8	11,773	1,471.6
ほとんどしていない	4	9,862	2,465.5
合計	30	42,797	

ウ 食事づくりに対する意識と食品ロス量

食事づくりに対する意識と食品ロス量については、項目別に集計した。

それぞれ 1 世帯当たりの食品ロス量で比較すると、「料理をすること」では、「負担にならない」と回答した世帯と「負担である」と回答した世帯では大きな差は生じなかった (表 27)。

次に、「献立を立てること」では、「負担にならない」と回答した世帯の 1 世帯当たりの食品ロス量は「負担である」の世帯よりも約 17% 多かった (表 28)。

また、「毎日食事を作ること」では、「負担である」と回答した世帯が「負担にならない」と回答した世帯よりも 2 倍以上も多い結果となった (表 29)。

表 27 料理をすることに対する意識と食品ロス量

	人数(人)	食品ロス量(g)	1 世帯当たり(g)
負担にならない	22	31,005	1,409.3
負担である	8	11,792	1,474.0
合計	30	42,797	

表 28 献立を立てることに対する意識と食品ロス量

	人数(人)	食品ロス量(g)	1 世帯当たり(g)
負担にならない	13	20,166	1,551.2
負担である	17	22,631	1,331.2
合計	30	42,797	

表 29 毎日食事を作ることにに対する意識と食品ロス量

	人数(人)	食品ロス量(g)	1世帯当たり(g)
負担にならない	14	11,900	850.0
負担である	16	30,897	1,931.1
合計	30	42,797	

(8) 調査期間中の生ごみの量

生ごみとして捨てるもの（食品ロスを含む。）を計量して記録してもらったところ、総量は 224,406g であった。食品ロスの総量は 42,797g だったので、生ごみに対する食品ロスの割合は 19.1% となった。

ただし、調査票の一部に、食品ロス量よりも生ごみの量が少ないなど調査期間中の全ての生ごみが計量できなかったと思われるものがあったことや、捨てた量を数量で記載した場合に、その量が生ごみの量に含まれているかどうか不明確であったことから、これらについては参考値として取り扱う。

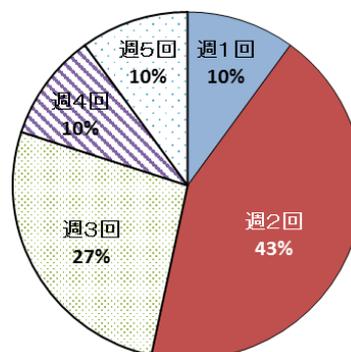
4 事後アンケート結果

(1) 調査期間中の食品を買う頻度

調査期間中の食品を買う頻度は「週2回」が最も多く、「週6回」「週7回」は0人であった(図30)。なお、回答のうち「2～3回」等としたものについては、多い方の回数で集計した。

事前アンケートの「食品を買う頻度」(図4)と比較すると、調査期間中も食品を買う行動に変化がなかったことが分かった。

図30 調査期間中の食品を買う頻度



(2) 食品を買う場所

調査期間中に食品を買った場所について、頻度の高い順に順位をつけてもらったところ、全てのモニターが「スーパーマーケット」を1位と回答した(表30)。事前アンケートの「食品を買う場所」(表4)と比較すると、多少の人数の変化はあるものの、調査期間中も食品を購入する場所に変化がなかったことが分かった。

表30 食品を買った場所

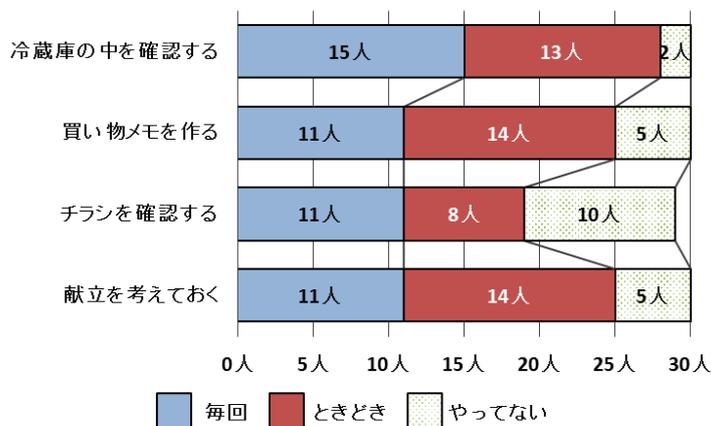
	1位	2位	3位	4位	5位	6位	利用なし
スーパーマーケット	30人	0人	0人	0人	0人	0人	0人
コンビニエンスストア	0人	3人	6人	6人	1人	0人	14人
宅配	0人	6人	1人	0人	0人	0人	23人
ドラッグストア	0人	6人	5人	2人	0人	0人	17人
専門店	0人	5人	3人	0人	0人	0人	22人
直売所、道の駅	0人	5人	2人	0人	1人	0人	22人

(3) 買い物に行く前の行動

「冷蔵庫の中を確認する」と回答した人が「毎回」と「ときどき」を合わせると28人と最も多かった。これは事前アンケートの「買い物に行く前の行動」(図5)と同様の結果である。その他の項目についても、「毎回」と「ときどき」を合わせた人数ではほとんど変化はなかった(図31)

その他にしていた行動としては、「空腹で買い物に行かない」「予算を決めて行く」「買い物をする曜日や、週に何回買い物をするかを定める」「野菜を買いすぎないようにする」「調味料などのストックを確認する」という回答があった。

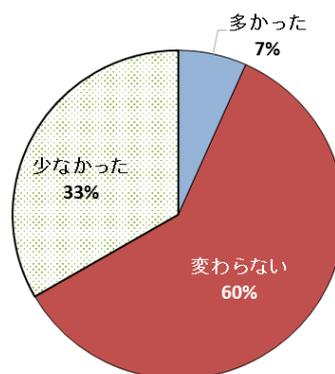
図 31 調査期間中の買い物に行く前の行動



(4) 調査期間中の食品の廃棄量

普段と比較して、調査期間中の食品の廃棄量がどうだったかを尋ねたところ、60%が「変わらない」と回答した。これは、モニターには調査期間中も普段どおり生活してほしい旨を伝えていたためと考えられる。一方、33%が「少なかった」と回答している。事後アンケートの感想記入欄を見ると、食品ロスを出さないように心がけていた方も見受けられたことから、どうしても意識して生活していたようである（図 32）。

図 32 調査期間中の食品の廃棄量

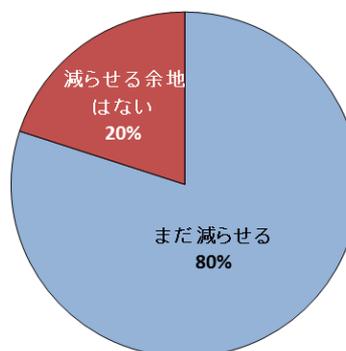


(5) 食品ロスを減らせる余地

調査を終えてみて、食品ロスを減らせる余地があると感じたかどうかについて尋ねたところ、80%が「まだ減らせる」と回答した。

「減らせる余地はない」とした 20%（6人）のうち、1名が調査期間中の食品ロスがゼロ、4名は1世帯当たり食品ロス量を下回っており、残り1名も量は平均を上回ったものの食品ロスを出した回数が10回以下であった（図 33）。

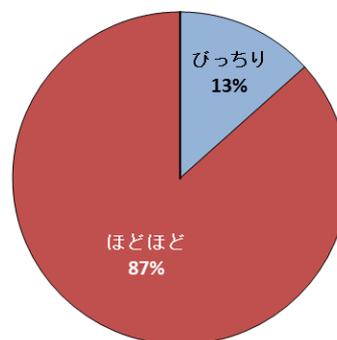
図 33 食品ロスを減らせる余地



(6) 調査期間中の冷蔵庫の状況

調査期間中の冷蔵庫の状況について尋ねたところ、87%が「ほどほど」、13%が「びっちら」と回答した。「スカスカ」と回答したモニターはいなかった（図 34）。事前アンケートの「普段の冷蔵庫の状況」（図 6）と比較すると、「びっちら」と回答した人が7ポイント減少し、「ほどほど」が増加していた。「びっちら」と回答した人は、事前アンケートでも「びっちら」と回答していることから、ほとんどのモニターが調査期間中も冷蔵庫内の状況に変化がなかったものと考えられる。

図 34 調査期間中の冷蔵庫の状況



(7) 調査の感想等

4週間の調査を終えての感想や、食品ロス削減について気づいたことやアイデアについて記載してもらったところ、全てのモニターから回答が得られた。主な内容について、次のとおりである。

ア 食品ロスを出した原因について

- ・ 冷蔵庫以外の場所に保管していた食品を腐らせてしまった。
- ・ 残り物を冷凍しようとしたが、冷凍庫に入りきらずに食品ロスにしてしまった。
- ・ 野菜のもらい物が多くて傷ませてしまった。
- ・ 菓子作りで余った材料を傷ませてしまった。
- ・ 果物を購入した時点で傷んでいたのを捨てた。
- ・ 家族が家を空けることが多くて食品ロスが増えた。
- ・ 子供のために多めにご飯を炊き、捨ててしまうことがあった。
- ・ 家族の人数が少なく、使い切れないことがあった。

イ モニター調査に参加して気がついたこと等

〈冷蔵庫の状態〉

- ・ 冷蔵庫が片付いていないと、使いかけの食品を見落としたり傷んだ物が出てきたりする。
- ・ 冷蔵庫を整理すると、使わない調味料や使い切れない食品に気付いて買うのを控えることができた。
- ・ 冷蔵庫を空にしてから買い物に行くようにすると、傷んでいるものにも早く気づけた。

〈生ごみのこと〉

- ・ モニター調査に参加して、家庭の生ごみの量を知ることができた。
- ・ 食品ロスよりの生ごみの多さが気になった。生ごみを減らしたい。
- ・ 生ごみを堆肥にできることを知ったので、食品を余すことなく使っていきたい。

〈その他〉

- ・ 家の食品ロスの特徴が分かった。(食べ残しが多い、思ったより少なかった、等。)
- ・ 食品の保存方法の知識が不足していると感じた。
- ・ 子供の食べ残しが多かったが、成長に伴い食べる量が増えれば食品ロスを減らせるのではないかと思った。
- ・ 開封した物はすぐに食べてしまう方が良いと思った。

ウ 気を付けたこと、心がけたいこと

- ・ 料理を作りすぎない。家族の人数に合わせて適量調理する。
- ・ 買い物するときには買いすぎない。
- ・ 賞味期限を守るようにしたい。
- ・ メニューを工夫したり冷凍したりすることで食品ロスを減らしたい。
- ・ 家庭菜園でも食べきれぬ分だけを計画的に作ろうと思った。
- ・ 麦茶パック等の水分を絞って捨てることは続けていきたい。
- ・ 計画的な食品管理を心がけたい。

エ 食品ロスを減らす行動やアイデア

〈冷蔵庫関係〉

- ・ 買い物に行く前に冷蔵庫の中をチェックする。
- ・ レシートを冷蔵庫に貼り、使ったら消していく。
- ・ 家にある食品や冷蔵庫の中身をメモしておく。
- ・ こまめに冷蔵庫の整理をする。冷蔵庫内にゆとりをもたせる。
- ・ 冷蔵庫が空いてきたら買い物に行くようにする。
- ・ 冷蔵庫に入れるときは中身が見える容器に入れる。
- ・ 冷凍庫に入れるときは品名や日付をつける。

〈保存方法〉

- ・ 下ごしらえ(野菜のカット、肉類の味付け等)して小分けに冷凍する。
- ・ 残り物は専用のトレイに入れて翌朝食べるようにする。
- ・ 野菜が傷みにくい保存袋に入れて保管する。

〈その他〉

- ・ 食事は少なめに盛り、まだ食べられる場合はおかわりをする。
- ・ おかずが少ないときは漬物を出す。

- ・ 少なめに作って食べきる。
- ・ 余った料理は翌日の弁当に入れる。
- ・ 有機野菜，無農薬野菜を皮ごと食べる。

オ 意見，提言等

- ・ 家族の人数に対する冷蔵庫の容量，冷凍食品購入の頻度，調理を行うのは買い物する人と同じかどうか等も食品ロスに関係しているのでは？と感じた。
- ・ またこのような調査をすることで食品ロスに対する意識が高まるのではないか。
- ・ 今回参加したモニターは食品ロスへの関心が高い方で，一般家庭よりも食品ロスが少ないのではないか。調査結果を市民の平均とするのではなく，モニターの食品ロス削減手法を取り上げていく方が有意義である。
- ・ ホテルの朝食バイキングなどの残りがどうなっているのか気になっている。
- ・ 結果を広報誌に載せてほしい。

カ その他の感想

- ・ 「いつもどおりに」と言われたが，気になってしまった。
- ・ 食品ロスを意識することで食費もマイナスになった。
- ・ 家族みんなで食品ロスに関心を持つことができた。
- ・ 食品ロスを考えるといつも同じメニューになってしまう。
- ・ 皮には栄養があるので，野菜や果物の皮を食べるようになった。

5 まとめ

モニター調査期間中の食品ロス量は 42,797g であり、1 日当たりに換算すると 1,528.5g である。モニターの世帯人数の合計が 92 名であったことから、1 人 1 日当たりの食品ロスを算出すると 16.6g となり、環境省が推計する家庭系の食品ロス量^{*}と比較するとかなり少ない数値となった。

また、参考値ではあるが、生ごみに対する食品ロスの割合は 19.1% であり、これも環境省の推計値 (36.8%) より少ない結果となった。要因の一つとしては、環境省の推計値では「過剰除去」による食品ロス量が含まれているが、今回のモニター調査では調査対象としなかったことが挙げられる。なお、環境省では、家庭系の食品廃棄物に対する「過剰除去」による食品ロスの割合は 10.8% と推計している。その他に考えられる要因としては、食品ロスを全く出さなかったモニターがいたことや、事後アンケートの中で、調査期間中の食品の廃棄量について 33% が「普段より少なかった」と回答していることから、日頃から食品ロスが少なかったり、調査期間中の食品ロスを減らそうと努力したりしたモニターが多かった可能性がある。

その一方で、事後アンケートでは食品ロスを減らせる余地について「まだ減らせる」と回答したモニターが 80% いたことから、今後の取組によってさらに食品ロスを削減し、家庭ごみの減量化を図ることができるものと考えられる。

今回の調査で判明した食品ロスの傾向として、品目では「野菜・野菜料理」の食品ロスが多く、その中でも未調理の野菜を捨ててしまう量が多かったことが挙げられる。「野菜・野菜料理」を捨てた理由としては「傷んだ」が 71% を占めていた。調査期間中に野菜のもらい物が多かったモニターもあり、それを保存している間に傷ませてしまうということもあったとのことであった。このことから、食品ロスを減らしていくためには、野菜の長持ちする保存方法や、野菜をたくさん使う料理や野菜を使った保存食のレシピ等により、野菜を傷ませる前に食べることが必要である。

また、「食品ロスとして捨てた理由」については、「食べ残し」と「傷んだ」が 41% ずつという結果になった。品目別で見ると「食べ残し」が最も多かったのは 16 品目中 7 品目で、「ご飯もの」、「パン」、「麺類」の主食になる品目や、「肉・肉料理」「魚・魚料理」「卵・卵料理」「その他の料理」といった主菜になる品目であり、食事のメインとなるような食材・料理については食べ残しにより捨てられることが多いと考えられる。一方、「傷んだ」が最も多かったのは 16 品目中 4 品目であり、「野菜・野菜料理」の他、「きのこ・きのこ料理」「海藻・海藻料理」「果物」であった。「きのこ・きのこ料理」と「海藻・海藻料理」は、品目別の割合で 1% にも満たないことから、傷んで捨てているものはほとんどが野菜や果物といった青果物であると言える。

さらに「食べ残し」に関しては、その理由として「作りすぎた・買いすぎた」が28%で最も多く、次いで「子供の食べ残し」としたものが26%あった。作りすぎや買いすぎによる食品ロスを減らすためには、家族の人数や日頃の食事量に合わせた適量を調理したり、買い物際にはあらかじめ計画を立てて購入したりして余らせないようにすることや、残った料理を翌日以降に繰り越すなどして食べきることが考えられる。また、子供の食べ残しによる食品ロスについては、体調不良等による突発的なものも多く、成長して食べる量や食べられる物が増えることによって解決される場合もあるとも思われるが、食べむらや食べ飽きによる食べ残しであれば、調理法の工夫や食事の雰囲気づくり等で減らせる可能性もあると考える。

モニターの就労状況や食事づくりに対する意識の違いによる食品ロス量について、就労状況別ではパートタイムやフルタイムで勤務しているモニターの世帯の食品ロス量が多いこと、食事づくりに対する意識では「毎日食事を作ること」を負担であると回答した世帯の食品ロス量が多いことが分かった。「料理をすること」や「献立を考えること」に対する意識の違いによる食品ロス量の差はあまりなかった。これらのことから、今後、食品ロス削減の取組を進める際には、働いている方でも取り組みやすい方法にすること、毎日の食事づくりの中で手間をかけずにやれたり、負担を軽減できたりするものであることが望ましいと考える。特に、働いている方に対しては、セミナー等の市の啓発事業に参加することが難しいと考えられることから、情報提供や周知啓発の手法を工夫する必要がある。

※ 環境省による家庭系食品ロスの平成28年度推計は年間291万トンであり、これを国民1人1日当たりに換算すると約63gになる。