

保存の一工夫が「食」の未来を救う

消費者の方からは

食品ロスは無駄とわかってはいますが……

保存方法がよくわからないんです。教えてもらったこともないんです。

忙しいからついつい冷蔵庫の整理を忘れてしまう。

パン等は6枚切りを全て食べきる前に賞味期限を過ぎてしまいます。



国の方針

食材に応じた適切な保存を行うとともに、冷蔵庫内の在庫管理を徹底的に行い、食材を使い切るようにする。賞味期限を過ぎた食品であっても、必ずしもすぐに食べられなくなるわけではないため、それぞれの食品が食べられるかどうかについては、個別に判断を行う。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



食品ロス削減のために

保存容器や袋に名札をつけて整理整頓～便利になりました～

調理して保存容器に中身と日付を書いた名札を付ければ、誰でも確認ができます。

私が仕事で遅くなっても温めてすぐに食べられるので、料理が苦手な夫や子どもたちでも楽ちん。冷蔵庫整理のひと手間も無くして楽ちんです。



保存は温度、水分、下処理が主なキーワード

野菜は冷蔵庫野菜室で乾燥を防ぐのが基本です。(一部いも類は除く)

野菜は洗って使いやすく小分けにしてペーパータオルに包むなど、水分蒸発を防いで保存するようにしましょう。

部位ごとにカットしたり、マリネにするなどできる限り下処理をして保存しましょう。



下味冷凍保存で調理も簡単! 美味しさアップ!

下味がお魚やお肉にしみこんで、臭みが少なくなったり、味がしみこんだりと美味しさがアップします。

お料理の時間が減るとともに、ハンバーグのたねをコロケにしたりロールキャベツにしたりとレパートリーも増やせますよ。

加熱するだけなのでとても重宝しています。



「ワザアリテープ」

ニチバン株式会社に「ワザアリテープ」をご提供いただき、埼玉県地域婦人会連合会の方に実際に使っていただき、感想を伺いました。



冷蔵庫・冷凍庫の整理に大活躍!

- ・庫内の在庫が一目でわかるようになり、家族の共通認識が図れました。
- ・冷蔵庫を開けて食品を探す時間が減り、省エネにもつながりました。

賞味期限の意識化に貢献!

- ・賞味期限を書いて保存容器に貼ることで使い切ることを意識するようになりました。
- ・つくだ煮などの使い始めの日付を書いて貼り、早目に食べきるようになりました。



専門家・事業者からのメッセージ

野菜などは水分コントロールが難しいとともに、冷凍で繊維が破壊されやすいです。野菜は干すや漬けるといった保存方法も活用されるとバリエーションが広がります。パンは冷凍保存に向きます。賞味期限が長いお菓子やカップ麺などは賞味期限表示を月単位にしています。