



CHECK

03 まとめ

人それぞれの性格や家族構成などが異なるため、ご家庭によって収納方法の“ベスト”は様々です。一つの正解にこだわりすぎず、日々食品と向き合うことで、それぞれのご家庭に合った収納方法を試してみましょう！

Challenge

食品を見るタイミングを決めて習慣にすると、食材を使うタイミングも把握しやすくなります。

1 毎日 1分チェック！

外出前、夕食後など毎日1分食品を見て動かす時間を設けましょう。消費・賞味期限の早い食品が多く保管される冷蔵庫に絞ってもOK！

2 毎月この日は 全体チェック！

食品の置き場所をまとめておけば、意外と10分でも全体を把握できます。15分以上かかるということは、場所や整理の見直しタイミングです！

3 半年または 1年に1回チェック！

お盆休みや冬休みなどゆっくり時間が取れるタイミングがオススメです。賞味期限が1年を超える缶詰や乾物などは、気づいたら期限切れになるので、早めに消費するようにレシピも工夫しましょう。

食材の使いきりレシピを検索する

食材を使い切るには、レシピの検索の仕方ポイント。使いたい食材を並べて、「+レシピ」と検索するだけで、思いもよらないレシピに出会えます。冷蔵庫の中もスッキリしてgood！

▼例 \とにかく1回やってみて！/

Q 塩こんぶ じゃがいも レシピ



買い物の仕方から食品の食べ切りまで幅広く家庭から出る食品ロスの削減ポイントについて学ぶには、「えひめの食べ物トリセツ」をcheck！



赤い表紙が目印！

コチラからも
ご覧頂けます！



監修

株式会社クラシングR
代表取締役
瀧本 真奈美

お問い合わせ
発行

愛媛県 県民環境部 環境局 循環型社会推進課
TEL: 089-912-2356 FAX: 089-912-2354
e-mail: junkan-shakai@pref.ehime.lg.jp