

# 1 愛顔のえひめ

愛媛県民だより



えひめ

## 注目ピト

株式会社フジ フジ道後店 店長

田辺 亜由美 (たなべ あゆみ) さん

令和6年3月からフジ道後店で店長を務めている田辺さん(左)。お客さまの期待に応えるサービスの提供や暮らしに便利な情報発信などに取り組み、地域に喜ばれる店舗づくりを目指しています。生活協同組合コープえひめ コープ東本で店長を務める井上耕介さん(右)も「食品ロスは大きな課題ですが、お買い物の際に心がけていただければ変わっていくはず」と話します。

## 「てまえどり」 「割引商品の購入」で 目指そう！ 食品ロス削減



今月の注目ピト  
◀◀



撮影風景を  
みきゃんがナビゲート



### 県公式SNSでイベント情報発信中!!

県施設のイベント情報や、広報紙・広報番組をはじめ県からのお知らせを、愛媛県公式SNSで発信中。ぜひご登録ください。

Instagram



X



LINE



点字版・音声版も作成しています。  
ご希望の方は、県HPまたは広報広聴課(☎089-912-2241)まで。

「えひめの食べきり推進店」を利用しておいしく食べきる！  
フジでは、AIを使った発注管理システムを導入し、需要予測に合った適切な追加を行うことで、廃棄される食品を少なくできるような努めています。また、消費・賞味期限の近い商品から購入する「てまえどり」の啓発を実施。フジ道後店でも、お客さまに「てまえどり」を意識していただいたり、割引商品をご購入いただいたりすることで、店舗の食品ロス削減にもつながっています。  
そういった「食品ロス削減」の取り組みはフジだけではなく、県内20市町の食品小売店に広がっており、「えひめの食べきり推進店」として29事業者259店舗(R.6.12.1現在)が登録されています。各推進店では「てまえどり」の啓発のほか、お客さまのニーズに合った少量パックの販売など、来店された皆さまが食品を無駄なく活用いただけるよう、工夫をしています。  
食品ロスを削減するには、事業者だけでなく、ご家庭での取り組みも非常に重要。オール愛媛で食品ロス削減に努めれば、愛媛県の食品ロス「ゼロ」が実現できるはず。これからもご家庭での食品ロス削減につながる取り組みを進めてまいりますので、県民の皆さま、「えひめの食べきり推進店」をぜひご利用いただき、楽しく調理して、おいしく食べきりましょう。

# オール愛媛で減らそう食品ロス!

愛媛県内の食品ロス量は年間約5・1万t!

## 県民一人あたり毎日みかん1個を捨てている計算に!

安かったから買ったけど、食べきれずに捨てちゃった、なんて経験はありませんか? 食べられるのに、捨てられている:これが「食品ロス」。日本では食べ残したり、調理する前に傷ませたり、消費・賞味期限が切れたりして、年間約472万tもの食品ロスが発生しています(政府の令和4年度推計値)。国民一人あたりの食品ロスによる経済損失は年間3万2,125円に上るとの計算も!

愛媛県の食品ロス量は約5・1万tと推計されています(令和2年度)。なんと、県民一人あたり毎日みかん1個を捨てている計算に! また、食品

ロスは、家庭から出るものと事業者から出るものに分けられますが、家庭から出る食品ロスは60%を占めています。

そこで愛媛県では「令和7年度までに食品ロス量10%削減(約4・6万tまで削減)」を目標に掲げ、さまざまな取り組みを推進しています。食品ロスは他人事ではなく、県民一人ひとりにとって身近な問題。しかも、決して難しくなく、ちょっとした心がけと工夫で減らせます。その極意「トリセツ」を伝授しますので、オール愛媛で食品ロスを減らしましょう!



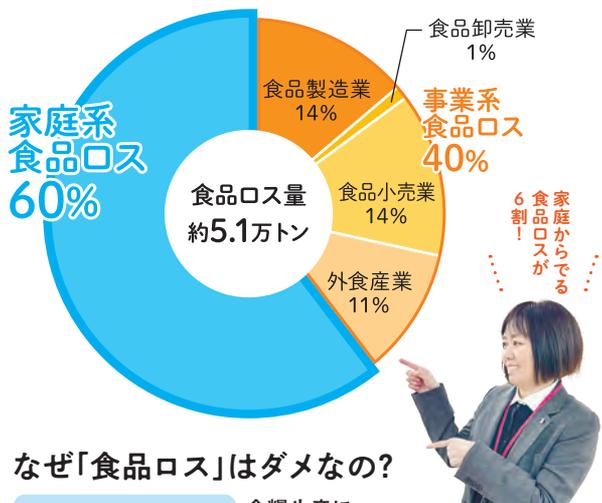
割引商品を購入してキッチングッズを当てよう!  
「えひめの食べきり推進店」で「食品ロス削減ミッション(第2弾)」に挑戦

愛媛県では、1月10日(金)~2月16日(日)まで、「えひめの食べきり推進店」で「食品ロス削減ミッション(第2弾)」を実施します。推進店では、家庭での食べきりにつながるように少量パックでの販売・消費・賞味期限が近づいている商品の割引販売など、さまざまな工夫を行っています。

「食品ロス削減ミッション(第2弾)」への参加方法は簡単。推進店で割引商品を3点以上購入し、スマートフォン等から応募するだけ。抽選で、キッチングッズが当たります。いつものお買い物で、食品ロス削減に貢献しませんか?

## 愛媛県ではこれだけの食品ロスが発生している!

愛媛県の年間の食品ロス量約5.1万tは、**県民一人あたり毎日みかん1個を捨てている**ことに!  
※温州みかん1個=約100g



### なぜ「食品ロス」はダメなの?

- 資源の無駄遣い 食糧生産に多量のエネルギーが消費される
- 地球温暖化を早める 廃棄の際の運搬や焼却で余分なCO<sub>2</sub>が発生する
- 深刻な食糧不足 世界人口の増加に伴い、栄養不足で苦しむ人が増加する

## オール愛媛で減らそう食品ロス! 今日から「トリセツ」を実践!!

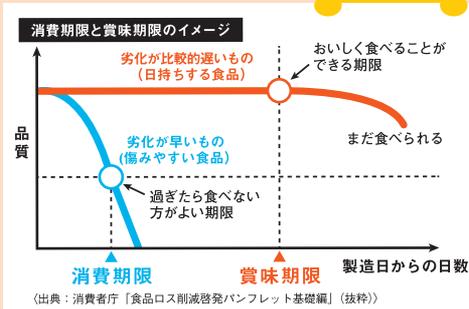
### 家庭から出る食品ロス削減のポイントは「トリセツ」

#### ト 取り組もう! 計画的なお買い物

- ① 買い物に行く前に、家にある食品をチェックしよう
- ② 必要なときに、必要な量だけ購入しよう
- ③ すぐ食べるものは、期限の近いものから購入しよう

#### リ 理解しよう! 消費期限と賞味期限

- 消費期限…「安全に食べられる」期限
  - 賞味期限…色やにおい、味に異常がなければ「おいしく食べられる」期限
- ※表示方法に従って保存した場合



#### セ 整理して、冷蔵庫をスッキリ!

- ① 冷蔵庫や保管庫を整理整頓して見える化しよう
- ② 先買ったものや傷みやすいものから優先的に使おう
- ③ 食材を適切に保存しよう

#### ツ 作りすぎず、食べ残しを0(ゼロ)に!

- ① 家族の食べられる量を把握しよう
- ② 家族そろって食べるようにしましょう
- ③ 残ってしまった料理をリメイクして楽しもう

もっと詳しく「トリセツ」を知りたいなら▼



## 推進店で割引商品を買うことは食品ロス削減につながる! 「食品ロス削減ミッション(第2弾)」参加方法

スマートフォンから参加しよう!  
抽選でトースターやホットプレートなど37名さまにキッチングッズが当たります。

- ① キャンペーン期間中に対象の「えひめの食べきり推進店」で割引商品を3点以上購入
- ② 購入レシートをスマートフォンで撮影
- ③ 専用フォームに写真を添付してアンケートに答えて送信

◎1月10日(金)~2月16日(日)23:59まで ※応募はお一人さま1回限り



## TOPICS.1

### 「フードドライブ」を活用しよう

「フードドライブ」とは、家庭で余っている食品を持ち寄り、フードバンク活動団体等を通して、食支援を必要としている人に寄付する活動です。県内ではスーパーやコンビニなど174店舗(R6.12.10現在)でフードドライブコーナーを常設しています。食べきれない食品はフードドライブコーナーを活用しましょう。



フードドライブ常設コーナー設置店舗はコチラ!



## TOPICS.2

### 新年会は「3010運動」を実践しよう!

話に夢中で、せつかくの料理が残らないように宴会の乾杯後30分、お開き前10分は自席で料理を味わう「3010運動」を実践しましょう。適正量を注文したり、食べきれない料理は仲間でシェアしたりするなど、ちょっとした意識で食品ロスがゼロの楽しい宴会に!



# 愛媛 NEWトピックス

今月の

「メタ婚えひめ」参加者募集中!

メタバース空間で、アバターを使って交流する「メタ婚えひめ」。初めての方でも安心! 仲人がメタバース空間から対面の場までサポートしながら、2人の縁をおつなぎします。2人でじっくりデートプラン、みんなでワイワイツアープランのお好きな方をお選びいただけます。

- ① 少子化対策・男女参画室
- ② 専用フォームから事前申し込みが必要
- ③ 089-912-2413



メタ婚えひめ

# 今話題の 市町 HOT ニュース

## 家族で楽しむほっちょ市

### 東温市

東温市内の生産者・事業者や交流市町と連携し、おいしいものやこだわり雑貨を販売するほか、ご家族で楽しめるイベントを実施します。

① 1/26(日) 10:00~15:00  
 ② 東温市さくらの湯観光物産センター(東温市北方甲2098) ③ (一社)東温市観光物産協会  
 ④ 089-993-8054

## 第32回まつの桃源郷マラソン大会

### 松野町

自然豊かな「森の国まつの」をハーフ、3kmのコースで満喫できます。お楽しみ抽選会もあります。

① 4/6(日) 9:15~12:30 ② 参加費一般4,000円、高校生以下1,000円 ③ 開・閉会式は松野町スポーツ交流センター(北宇和郡松野町松丸166-6) ④ ハーフ700名、3km300名 ⑤ 2/10(月)までに、RUNNETからエントリー ⑥ まつの桃源郷マラソン大会事務局 ⑦ 0895-42-1118

## こまきんの 耳より情報 教えるきん!

EHIME INFORMATION

### 「えひめ農・林・漁業合同就業相談会」開催

相談会では、新規就業の方法や、農業・林業・漁業の技術や知識が習得できる研修施設の紹介、法人等の就業など、専門家や実務担当者が分かりやすくアドバイスします。県内で就業を希望されている方、一次産業に興味がある方など多数の御来場をお待ちしています。

## えひめ農・林・漁業 合同就業相談会

相談無料

東予 令和7年 1/11(土) 会場 西条市地域創生センター

① 1/11(土) 11:00~16:00  
 ② 西条市地域創生センター(西条市ひうち1-16)  
 ③ えひめ農林漁業振興機構  
 ④ 089-945-1542

▶ 詳細は  
こちら!

## いちおし! イベント情報

### 古木15種類! 160本の紅白梅が咲き誇る 日本庭園 南楽園

四国最大規模の「日本庭園 南楽園」には、15品種約160本の梅園があり、1か月にわたり花見が楽しめます。梅まつり期間中は、梅茶サービスや憩いの場として「梅見茶屋」を開設。少し早い春の訪れを告げる「南楽園の座敷雛」を展示するとともに、地域特産物の販売も行っています。ぜひ、ご来園ください。

① 1/25(土)~3/2(日)  
 ② 入園料大人310円、小人150円、65歳以上150円 ③ 日本庭園 南楽園  
 ④ 0895-32-3344

南楽園  詳細は  
こちら!

## 「愛」あるブランドを 食卓へ!

# えひめ レシピ

Ehime recipe

西条の名水で育った七草で 一年の無病息災を祈る

### 七草粥

材料(4人分) 西条の七草(セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロ)…合わせて100g程度  
 白ごはん…250g 水…800cc  
 塩…小さじ1/2 梅干し(減塩)…2個

作り方  
 ①七草は水で洗い、細かく刻む。  
 ②鍋に洗ったごはんを水を加えて、中火にかける。  
 ③ごはんがかゆ状になれば、塩を入れ、①を入れひと煮たちさせたら火を止める。  
 ④茶碗によそい、ほぐした梅干しをのせる。

### 「愛」ある素材

#### 『西条の七草』

環境省「名水百選」にも選ばれている西条市の自噴地下水「うちぬぎ」で育てた高品質な七草。30年以上の栽培の歴史があり、全国トップクラスの出荷量を誇ります。

出展:「愛」あるブランド製品を使ったえひめの献立

## 今月のトレンドワード

### TREND WORD

# 「令和6年度(第47回)えひめ・みかん祭り」開催!

果実コンクールに出展されたかんきつを展示・販売するほか、温州みかんや紅まどんな、甘平、伊予柑、媛小春など、愛媛県を代表するかんきつや珍しい品種の試食・販売も行います。

① 1/18(土) 10:00~19:00  
 1/19(日) 10:00~18:00  
 ② いよつ高島屋 8階スカイドーム

詳しくは  
こちら!

農産園芸課  
 ③ 089-912-2566

1月のお知らせ

ミニ伝言板

県内3スキー場の情報発信中

中村知事出演！県スキー場PR動画公開中!! 県内には3つのスキー場があり、県内からのアクセスが良く気軽に楽しむことができます。中村知事が出演する3スキー場のPR動画を公開していますので、ぜひご覧ください!

児童・思春期病棟の開設

増加する児童・思春期患者の心のケアを行うため、子ども療育センターに県内初となる専門病棟を開設しました。

ひきこもりに関するご相談

一人で悩まないで、まずはお電話でひきこもり相談室に相談してみてください。一緒に考えていきましょう。

「はたちの献血」キャンペーン

冬期は献血者が減少傾向です。献血は身近でできる大きな社会貢献。「誰かの明日を考える。はたちの献血。」を合言葉に、この機会にぜひ、献血をしてみませんか。

募集しています

令和7年度 愛媛県森林環境保全基金公募事業

森林環境税の目的である「森林環境の保全」と「森林と共生する文化の創造」を実現するため、皆さんからの提案を募集します。

在宅介護研修センター(愛ケア)講座 「腰を痛めない移乗介助 ～ボディメカニクスを意識しよう～」受講者

「ボディメカニクス」とは、体の動きや力学などの知識を活用した技術のこと。腰痛を予防するため、この講座でボディメカニクスを意識した移乗介助の仕方を学びましょう。

愛work Challenge!「えひめ★冬のオンラインインターンシップEXPO」

自宅から気軽に参加できる県内企業20社以上の体験型オンラインインターンシップ。「やりたい」「向いている」が見つかります。

イベント情報

予土まち散走ツアー(宇和島編)

自然やグルメを満喫しながら、自転車ですっきり宇和島市内を巡りませんか。冬の空気を感じながらのサイクリングと、温かい飲みものや甘いものは格別です。

犬猫の譲渡前講習会

犬猫の譲渡を希望される方を対象とした譲渡前講習会を開催します。譲り受けを希望される方は、本講習会の受講が必要です。

テーマ展「松山外環状道路 空港線開通記念 松山外環状道路と遺跡の調査ー松山平野西部の遺跡ー」

松山外環状道路空港線の建設にあたって行われた遺跡の発掘調査成果を基に、当地域の新発見の遺跡・遺物を紹介します。

サイエンスショー「熱」

「熱」をテーマに、楽しいサイエンスショーを行います。総合科学博物館 展示棟3F実験ショーコーナー(新居浜市大生院2133-2) 常設展示観覧券が必要(大人540円、65歳以上280円) 各回40名程度

みきゃんたちの活動を発信!



12ステップでみきゃんを描こう



1月号プレゼントクイズ!

「?」に当てはまる文字をお答えください Q.目指そう!「?」ゼロ!

A賞 正解者のなかから抽選でプレゼント!



愛南町「愛南ゴールド真鯛」を5名さまに 地元高校生と(有)ハマスイ社長の思いが重なって誕生。「特許技術」で魚の臭みの少ない、かんきつがほのかに香るスッキリとした風味です。

B賞 愛顔のえひめオリジナル みきゃん缶バッジを5名さまに

※A賞、B賞は選べませんので、あらかじめご了承のうえ、ご応募ください。※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

〒790-8570(住所記入不要) 愛媛県庁広報広聴課 「みきゃんCLUB」宛 kohoshi@pref.ehime.lg.jp

次回発行日は2/2(日)です。

第340号 2025年1月3日発行 編集/愛媛県企画振興部広報広聴課 〒790-8570 愛媛県松山市一番町4-4-2 ☎089-912-2241



愛顔の みきゃん 七草がゆ 新年の無病息災を祈り、体を優しく整える七草がゆ。西条市は、日本でも有数の七草の生産地です。

アイコンについての説明 ①日時 ②開催場所 ③料金 ※特に表記の無い場合は、無料 ④対象者 ⑤受け付け、募集期間、応募方法 ※特に表記の無い場合は、申し込み不要、現地集合 ⑥問い合わせ ⑦電話 ⑧ファクス ⑨メールアドレス ⑩定休日 ⑪駐車場 ⑫スタッフの介助あり ※事前連絡が必要 ⑬バリアフリートイレ ⑭食事施設 ⑮託児サービス