

「食品ロス」のこと

サクッと
読める！

代表的な話題を、まとめました。

- 1 食品ロスの簡単な概要(発生量や主な発生理由)
- 2 食品ロスの問題点?(資源とエネルギーの観点)
- 3 食品の期限のこと(主に「賞味期限」)

<参考書籍等>

『SDGsでかんがえよう地球のごみ問題②: どうしたらへらせる? 食品ロス問題』井田仁康・小林富雄 葦心社(2021)
『持続的な社会を考える新しい環境問題: 食品ロス』古沢広祐 金の星社(2021)
『捨てられる食べ物たち: 食品ロス問題がわかる本』井出留美 旬報社(2020)
『賞味期限のウソ: 食品ロスはなぜ生まれるのか?』井出留美 幻冬舎新書(2016)
環境省 「我が国の食品ロスの発生量の推移」(<https://www.env.go.jp/press/110247.html>)
農林水産省 ウェブサイト「日本の食料自給率」(https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/zikyu_ritu/012.html)
消費者庁 「期限表示とは」「食品期限表示の設定のためのガイドライン」(https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/food_sanitation/expiration_date/)

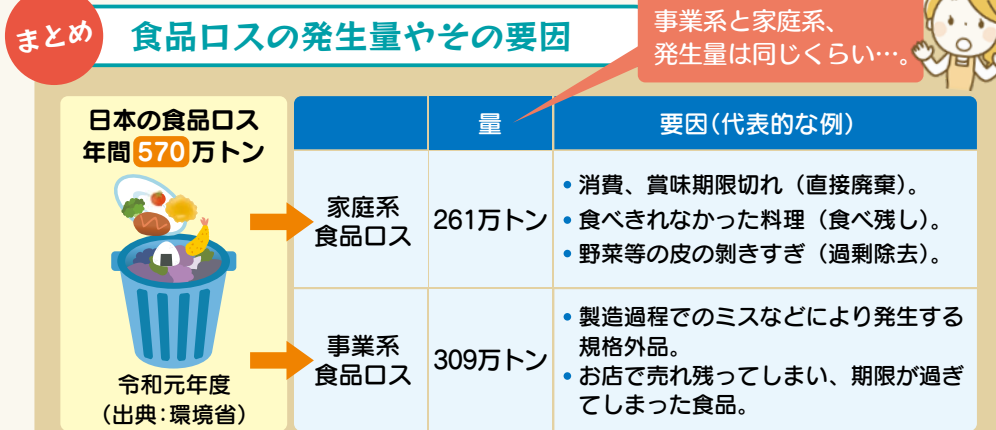


市のホームページでも
食品ロスの情報を掲載中

この記事では、「食品ロス」について、複数の書籍や資料などを参考に、代表的な知識や情報をまとめました。難しい内容はないかと思いますので、お気軽にお読みいただければと思います。

1 はじめに、今回のテーマである「食品ロス」の定義と基礎的な知識を簡単に紹介します。食品ロスは、「本当は食べられたはずなのに、捨てられてしまった食品」を指す言葉です。おおまかに、食品の製造時などの事業活動で発生する「事業系食品ロス」と各家庭から発生する「家庭系食品ロス」に分けて説明されることが多く、日本全体で発生する食品ロスのうち、それぞれの割合はおおよそ半々となっています。

前述の家庭系食品ロスが発生する原因については、主に3つあると言われています。ひとつめが「食べ残し」、ふたつめが消費期限や賞味期限切れ等によって、食品を手つかずの状態ですのまま捨ててしまう「直接廃棄」、最後が調理時に食材の食べられる部分まで取り除きすぎてしまう「過剰除去」です。



2 「食品ロス」に関する情報は、ほとんどの場合「減らしましょう」というメッセージとセットで発信されます。生産費や購入費の損失を指摘する経済的な観点や、飢餓などの問題を背景にして、食べ物の尊さを指摘する観点など、その際に語られる問題点は様々です。今回は、その中でもイメージのしやすい「資源とエネルギー」に着目した指摘について、その考え方をご紹介します。

食べることは、誰にとっても欠かせない行為です。そのため、普段から多くの食べ物に接しているかと思いますが、目の前の食べ物かどのように作られ、どのように運ばれてくるのかといったようなことまで想像してみる機会は、あまりないのではないのでしょうか。今回は、そうしたことを想像するための一例として、トマトの生産や輸送、販売時に必要なエネルギーについて、以下のとおりにまとめました。

イメージ トマトの生産や輸送・販売時に必要な資源やエネルギー(一例)



参考書籍「持続的な社会を考える新しい環境問題: 食品ロス」p8,9 を参考に作成

食べ物の生産や輸送、販売の方法は様々ですので、必ずしもこの例に当てはまる訳ではありませんが、この例のように生産時に必要な肥料や水に加え、輸送や販売時に必要な燃料や入れ物など、ほとんどの食べ物は消費者の手元に届くまでに多くの資源やエネルギーが使用されているかと思えます。

食べることは、生きるうえで欠かすことができません。だからこそ、貴重な資源やエネルギーを使用して、食べ物の生産や輸送が行われています。もし、食べ物を捨ててしまった場合、食べ物そのものだけではなく、こうした資源やエネルギーも一緒に捨ててしまっていると考えられるのではないかと、それは「もったいない」のではないかと、という考え方が食品ロスの資源とエネルギーに着目した指摘です。

ちなみに 日本は、輸入が多い国?

食べ物に関わるエネルギーの消費という観点では、日本の「食料自給率」が低いこともよく指摘されます。食料自給率は、国内で消費される食べ物のうち、自国内で生産される食べ物の割合を示した数値のことで、日本はこの数値が2000年代から40%前後を行き来しています(食べ物から摂取できるカロリーに着目した「カロリーベース」の数値データを参照)。

出典: 農林水産省



参考書籍「捨てられる食べ物たち: 食品ロス問題がわかる本」p13のイラストを参考に作成

この数値を基に、日本は多くの食べ物を海外から輸入していると言われることがあります。単純に輸送距離のことを考えても、食べ物を輸入するためには、多くの資源やエネルギーが使用されていると想像することができます。(そうした食べ物が捨てられてしまうのは、「もったいない」…?)

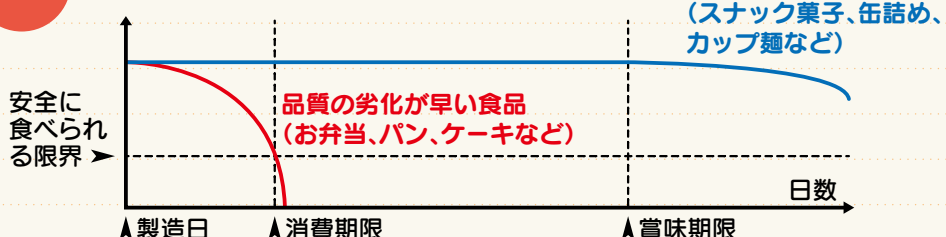
3 家庭から発生する食品ロスのなかには、手がつけられずにそのまま捨てられる食品もあります。前述したように、このことを一般に「直接廃棄」と言います。この直接廃棄は、消費期限と賞味期限切れの食品がそのまま捨てられるケースが多いと言われています。そこで次に、直接廃棄の主な原因にも関係している食品の期限に関する知識をご紹介します。



→町田市で燃やせるごみの袋の中身を確認する調査を行った際に、袋の中から出てきた食品(一例)。

まずは、それぞれの意味からお伝えします。ご存じの方も多いかと思いますが、消費期限は期限を過ぎた場合に「食べないほうがよい」とされている期限です。そのため、傷みやすく、品質の劣化が早い食品に設定されます。一方の賞味期限は、「おいしく食べられる期限」のことで、期限を過ぎた場合でもすぐに品質が落ちるといった訳ではないと言われています。

イメージ 期限ごとの食品の品質の劣化のイメージ



参考書籍「捨てられる食べ物たち: 食品ロス問題がわかる本」p62の図を参考に作成

賞味期限が切れてしまった場合、その食べ物を食べるのかどうかについては、何を重視するのかによって見解が分かれます。論点を詳しく解説するために、食

品の期限の設定方法について、解説したいと思います。

食品の期限の設定をするのは食品メーカー等ですが、消費者の健康と安全に関わる事項であることから、その方法についてのガイドラインが国で定められています。そのなかでは、食品メーカー等に対し、複数の検査を行ったうえで実際に日持ちする期間を算出することに加え、そうして算出された日数に1より小さい「安全係数」という数字を掛けて、食品の期限を設定することが推奨されています。

解説 食品の期限の設定と「安全係数」

例えば、複数の検査によって算出された食品の日持ち期間が10ヵ月間であり、安全係数を0.8に設定した場合には「10ヵ月間×0.8」という計算を行って、期限を設定します。つまり、この場合の食品の期限表示は8ヵ月間ということになります。(なお、安全係数の使用は義務ではないため、使用の有無は各食品メーカー等に委ねられています。また、安全係数は食品の特性に応じて設定することが推奨されており、その数値も一概ではないそうです。)

安全係数を掛けることで、実際に日持ちする期間よりも短い期限を設定することが推奨される理由は、消費者の健康と安全を考慮してのことだと考えられます。食品が出荷された後の管理は、販売者や消費者に委ねられるため、食品メーカーはその状態を把握することができません。そのため、複数の検査で算出された「ここまでなら大丈夫」という期間に、さらに安全係数を掛けて、食品の期限を短めに設定することを推奨せざるを得ないと考えられます。

「食の安全性」という観点で考えると、食品の期限が短めに設定されていることは、良いことなのかもしれません。しかし、安全係数のことなども考えると、賞味期限が表示されている食品については、期限が切れたことを理由に捨ててしまうのは「もったいない」と考えることもできます。「食品ロスの削減」を重視する主張のなかには、食品の期限が賞味期限の場合、その期限に頼り過ぎず、食品の匂いや見た目などを考慮して、食べるか食べないかを自身で判断する姿勢が大切なのではないかという考え方がよく見られます。

ちなみに たまごは意外と日持ちする?

たまごの賞味期限は「生で安全に食べられる期限」が表示されているため、加熱調理することによって期限よりも長く安全に食べることができそうです。ただし、どんな食べ物でも直射日光に当たる場所や高温多湿の場所などに置いておくと、早く劣化してしまいますので、注意が必要です。



ここまでお読みいただき、ありがとうございました。さいごに、食品ロス削減につながる行動例として、よく取り上げられる点をお伝えします。日常の様々な場面で、少しでも以下のような行動を心掛けていただけると幸いです。

ご家庭での食品ロスを減らすポイントは、「計画性」? なるべく「買い過ぎない」、「作り過ぎない」ことを意識。



お買い物で食品を選ぶ際、すぐに食べる予定の物はなるべく期限が近い物から! (買い物前に、戸棚や冷蔵庫の食品の種類や量を確認するのも大切)

外食の際は、食べられる量を意識してご注文を。特に宴会など、複数人での飲食時には料理が残りがち…。会食時には「感染対策」を第一に「食べきり」も意識!



エコバッグちゃんのこれってどうなの?

Vol.28

「まちだ☆おいしい食べきり協力店ってなあに?」の巻



説明

まちだ☆おいしい食べきり協力店は、町田市内の食品ロス削減に自ら積極的に取り組む事業者(店舗)を町田市が認定して、その取り組みを周知・PRしています。

小盛メニューやテイクアウトへの対応などを行っている飲食店や、量り売り、ばら売りなどを実施している食品販売店など、最近では地域の様々なお店が参加しています。

お店でもご家庭でも、おいしく残さず食べきりましょう!