

2030年の事業系
食品ロス削減目標、
2020年に達成済！

日本 埼玉化計画

～地元野菜で築く食品ロスフリーな暮らし～

獨協大学経済学部 高安健一ゼミナール
もったいないベジーズ
埼玉県草加市

Saitama As No. 1

生産量全国第1位！

ねぎ

ほうれんそう

さといも

ゆり

パンジー

全国1位



はじめに

私たちは、獨協大学経済学部高安健一ゼミナールの「もったいないベジーズ」です。
高安ゼミでは国連の持続可能な開発目標(SDGs)に関連した社会的問題を解決するために、実践的な学びであるプロジェクト型課題解決学習(PBL)を行っています。
私たち3年生5名で構成されるもったいないベジーズは、食品ロス問題に関心のあるメンバーでチームを結成し、調査・研究活動に取り組んできました。

「もったいない」

この言葉を知っている人は多いでしょう。
ノーベル平和賞を受賞した、故ワンガリ・マータイさんが
日本人の行動を見て発した言葉です。

日本はかつて「食品ロス大国」と呼ばれていたことがあります。
食品を捨てることは、環境負荷・経済的な損失・食糧不足問題などに繋がります。
そこで、食品ロス問題をはじめとする、人類が抱える大きな課題を解決し、
地球を次世代につないでいく為に、2015年にSDGsが採択されました。

では、SDGsが採択されてから日本の食品ロス量、
そして、我々が埼玉県食品ロス量はどのように変化したのでしょうか？
また、私たち消費者が食品ロスを減らすために出来ることはあるのでしょうか？

本冊子を通じて、全国の食品ロス量・埼玉県食品ロス量の現状を踏まえ、埼玉県
の特産品を使用し、食品ロスを削減する道筋について学んでほしいと考えています。

その方法とは、家庭でできる「過剰除去削減」レシピを作る事です。
レシピは食品ロス削減料理研究家の行長万里さん監修の下、
メンバーが考案しました。

このプロジェクトを通じて、家庭で手軽に食品ロスを減らすことが出来る、

「過剰除去」

と呼ばれる部分を活用し、家庭内の食品ロスを削減する新たな道筋をつくることを目指しています。
当たり前の認識を変え、全ての食材に食としての活用法を見出す第一歩になればと思います。

目次

1

ページ

はじめに

食品ロスの現状

- SDGsとは？
- 日本の食品ロス量のさらなる削減へ
- 埼玉県の食品ロスの削減の歩み

COLUMN 「日本に誇れる埼玉県」

第1章

4

ページ

第2章

12

ページ

埼玉県の事業系削減事例

- ASTRA FOOD PLAN株式会社
- つばさの森
- コミュニティフリッジ草加
- こども応援団マイカ

埼玉県の家系削減の取り組み

- 地域別！埼玉県ではこんな野菜や果物がよく採れています！
- 過剰除去されがちな野菜たちの一覧とレシピ集
 - ・まるごとほうれん草のクリーム煮
 - ・ブロッコリーとじゃがいものガレット
 - ・栄養たっぷり長ネギのチヂミ
 - ・外皮を使った枝豆のかき揚げ
 - ・カブの葉とサバ缶のふりかけ
 - ・皮つきカブのシーザーサラダ
- 過剰除去野菜の活用によって期待される効果

第3章

22
ページ

私たちにできること
おわりに
謝辞
参考文献

35
ページ

食品ロスの現状

1

埼玉県は食品ロス削減先進国！



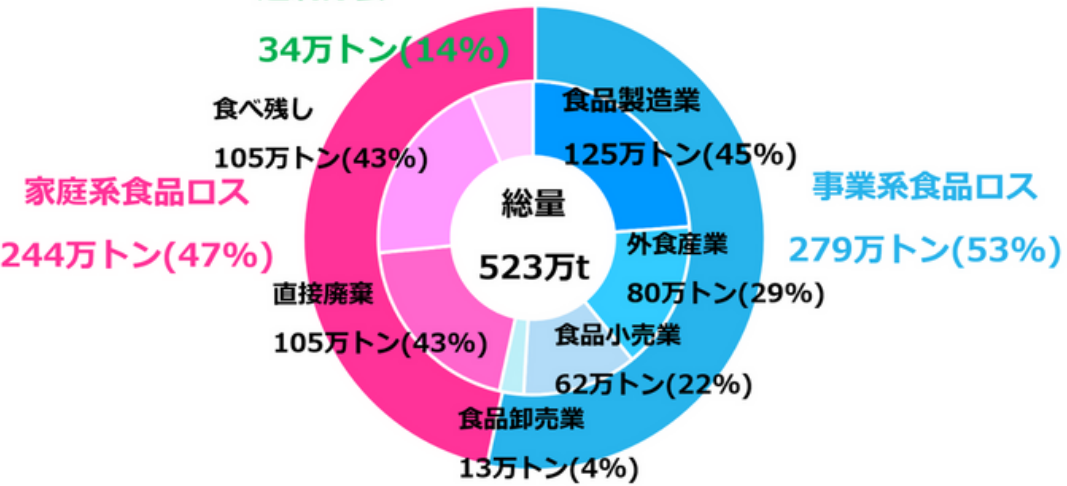
SDGsについて学び、日本や埼玉県の食品ロスに関する情報を一緒に見ていきましょう！

日本の食品ロス量のさらなる削減へ

「食品ロス」とは、**本来食べられるのに捨てられてしまう食品**のことです。
2021年時点で、世界の飢餓人口は約8億2800万人で、増加傾向にあり、
環境にも悪影響を及ぼす為、世界中で問題視されています。
日本の2021年の総量は523万トンとなりました。

【2015年をピークに減少傾向に転じた日本の食品ロス量】

過剰除去



資料：環境省報道資料(令和3年6月9日)

「我が国の食品ロス量の発生量の推計値(令和3年度)の公表について」を基に著者作成

家庭系

食品ロスは、「家庭系食品ロス」と「事業系食品ロス」の2つに分類されます。

- ①購入後に使用せず捨てる事
- ②料理の作り過ぎによる食べ残し
- ③過剰除去の廃棄

※家庭系食品ロスの内訳は、「野菜」が47.7%とロスの約半分を占めているとされています。

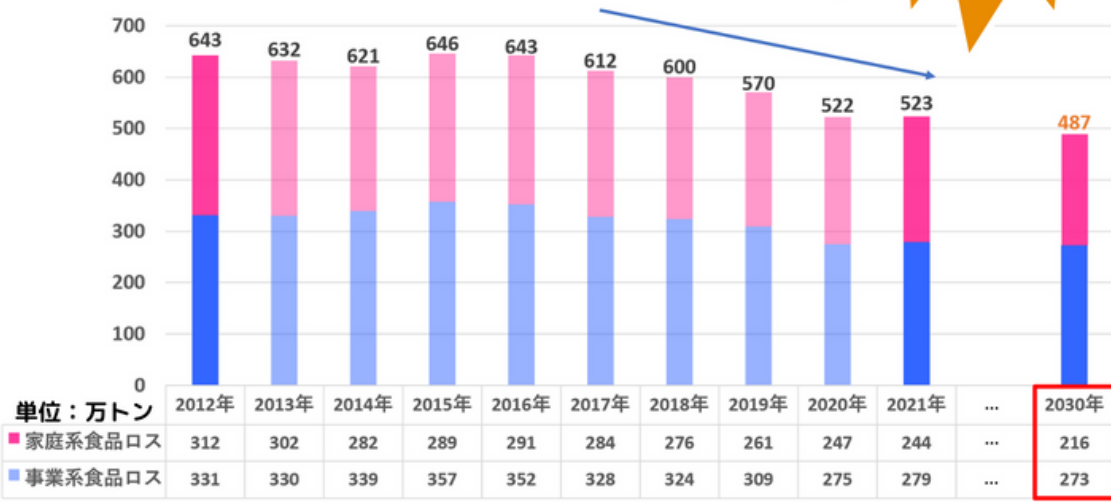
事業系

- ①売り物にならない規格外品
- ②スーパー等の売れ残り
- ③飲食店での食べ残し

食品ロス問題は私たちの最も身近にあります、近年、食品ロス量に新たな変化が見られます。



【2015年をピークに減少傾向に転じた日本の食品ロス量】



資料：環境省報道資料(令和3年6月9日)「我が国の食品ロスの発生量の推計値(令和3年度)の公表について」を基に筆者作成

新潮流とは、
「食品ロスの総量が減少傾向にある」という事です。

農林水産省によると要因は、

- ①食品ロス削減への意識が高まった。
- ②コロナ下で外食需要が減った。
- ③スーパー等の来客数が減り、弁当といった商品の製造量が減った。

新型コロナウイルスによる影響も大きいとしています。
コロナウィルスが落ち着いた今、外食需要が増加しているため、
今後、食品ロスが増加するのではないかと指摘もあります。



さらに食品ロスを減らすためには、
食品ロスの現状について知り、皆で協力しなくてはならない！
我々が埼玉県の食品ロスの推移はどうなっているのでしょうか？
食品ロス量削減について見ていきましょう！⇒

埼玉県食品ロス削減の歩み

下表は、2012年から2020年までの埼玉県の食品ロス量の推移と、2030年の目標値を示しています。
この表から読み取れることは何でしょうか？

【埼玉県の食品ロス量の推移と、2030年の目標値達成】

年	事業系食品ロス(万トン)	家庭系食品ロス(万トン)
2002	21.4	19.1
2012	13.2	14.2
2013	13.1	14.2
2014	13.5	14.0
2015	14.0	13.9
2016	13.8	13.6
2017	13.1	13.5
2018	13.1	13.5
2019	12.0	13.5
2020(実績)	10.5	11.9
↓	↓	↓
2030(目標値)	10.7	9.5

事業系食品ロス
目標値達成済！

家庭系は
あと、2.4万トン。

2002年の半減が目標値！

資料：「第9次埼玉県廃棄物処理基本計画」、資源循環推進課へのヒアリングより著者作成

事業系食品ロス・家庭系食品ロス共に減少傾向にあり、

特に、事業系食品ロスの2020年の実績値は、

2018年に定めた2030年までに2002年度比で
食品ロス量を半減させる目標値を達成しました。

ただし、2020年はコロナの影響で、多くの飲食店が休業していたという
特殊要因があります。

しかし！下回った要因を、コロナという理由で終わらせるのではなく、
埼玉県はさらなる削減に取り組んでいます。

一方で、家庭系食品ロスは2030年の目標値を達成できていません。

家庭系食品ロスも県民一丸となって減らしましょう！！

では、**家庭系食品ロス**の**目標値**を達成することは出来るのでしょうか？
県民1人につき1日あたりの削減目標値を見てみましょう。



埼玉県が2018年の食品ロス量を基準に試算した、
2030年の目標値を達成するために必要な削減量は、
1人につき一日**角砂糖およそ4個分(12.8グラム)**相当です。

※2018年以降も食品ロス量が減少しているため、現在は12.8グラムよりも少ない。

埼玉県の主な取り組みです。

「埼玉県における食品ロス削減対策取組事例集」

食品ロス削減の取組事例を公開しています！
この冊子に載せきれなかった、
家庭でロスを減らす工夫もここから学べます！



フードドライブについて

レトルト食品やお菓子が
未開封のまま余っている…



市民



※埼玉県や草加市、スーパー等



※寄付出来る場所はこちらでチェックできます！

- ・社会福祉協議会
- ・フードバンク
- ・NPO団体など



必要としている場所へ！

他県との連携による活動も！

「食品ロスを考えよう 食べられるのに捨てるのだから？」

九都県市(千葉県・神奈川県・川崎市など)と連携
し、漫画や動画で解説を行うなど、子供たちにも
親しみやすい内容となっています。



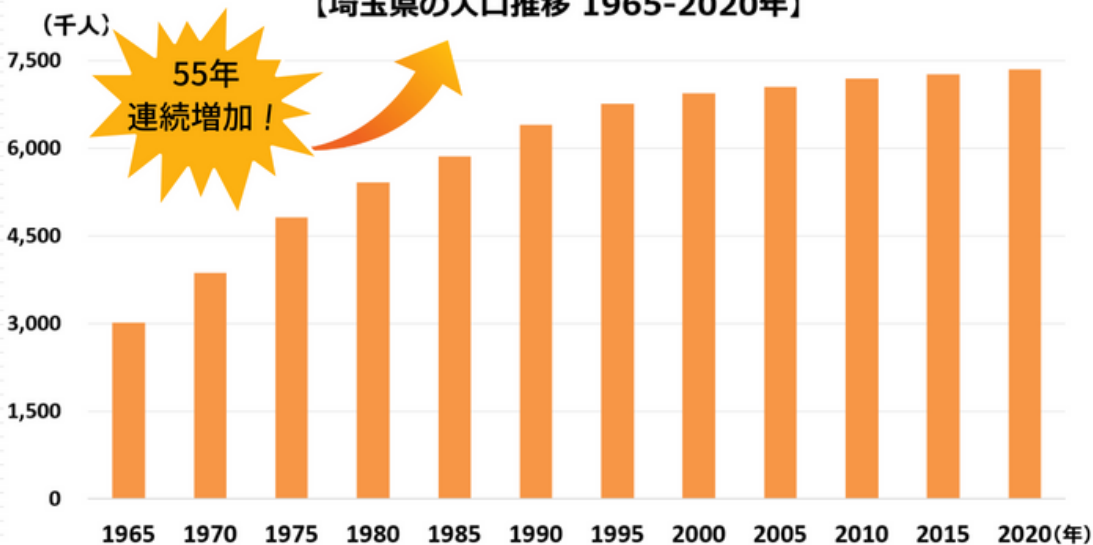
食べられるのに捨てるのだから？
食品ロスを考えよう

第2章では、埼玉県が2030年の事業系食品ロス量削減目標を
達成した背景を見ていきましょう！



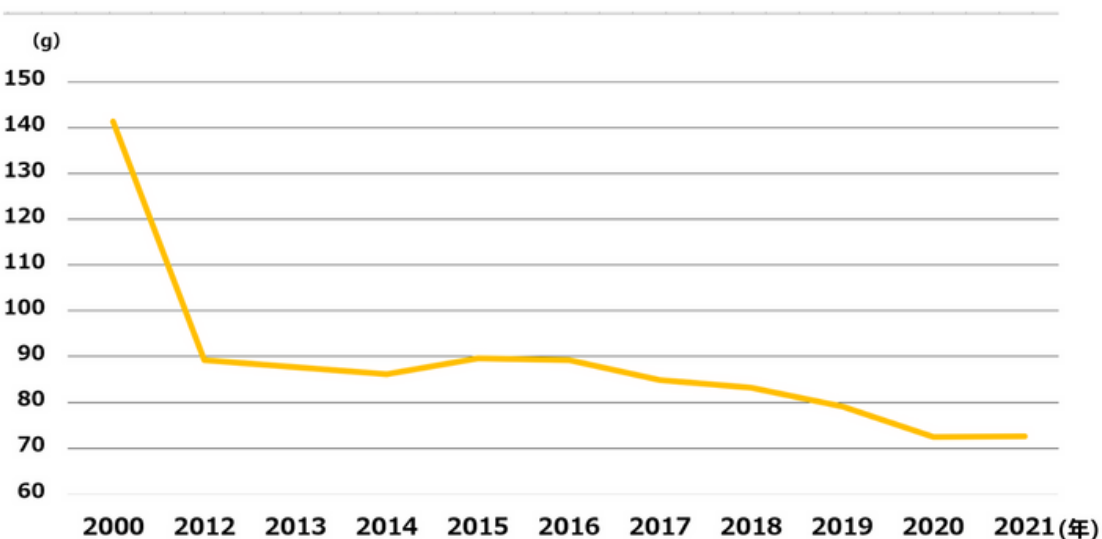
日本に誇れる埼玉県

【埼玉県の人口推移 1965-2020年】



しかし、今後はやはり**減少予想**…。

少子高齢化に対応する為、埼玉県は**創生総合戦略**を構築！



人口増加しているにも関わらず、

一人当たり食品ロス量は減少しています。

事業系の取り組み



2

食品ロス量が減少した理由は？



埼玉県ではどのような企業・団体が食品ロス削減を
先導しているのでしょうか？

＼かくれフードロス削減／

ASTRA FOOD PLAN 株式会社



ASTRA FOOD PLANとは？

年間2,000万トン以上あると言われている「かくれフードロス」(規格外作物や、食品工場で発生する食品ざんさ)の削減と有効活用化を目指しているフードテックベンチャー。

"過熱水蒸機技術"を活かして

- ①食料自給率向上
 - ②人々の健康
 - ③地球環境負荷源
- の3つのテーマの課題解決に取り組んでいます。

過熱蒸煎機

パウダー状にすることで、食材の風味の劣化と酸化を抑え、栄養価を残しながら殺菌・乾燥を行う機械！

(過熱蒸煎®はASTRA FOOD PLAN株式会社の登録商標)



5~10秒の
スピード乾燥

高い殺菌力と
高品質の両立

ボイラーレスで
低コスト

食品ロス削減ポイント！

生産工程で排出される
食品ざんさを食材として
再利用できないか…

過熱蒸煎機でざんさを
パウダー状にして
新たな食材へ！

常温保存が可能！運送も簡単！



ぐるりこ

過熱蒸煎機で製造するパウダーの名称
ぐるり＝サステイナブルなフードサイクル
を目指す＋製造工程で原料が
装置内をぐるぐると回転する様子
こ＝collaborate, cooperation,
粉の「こ」



吉野家、ポンパドウルとの共同プロジェクト

吉野家では
1日最大700キログラム
の玉ねぎが廃棄に…

過熱蒸煎機で
玉ねぎの端材を
パウダー状に！

株式会社ポンパドウルが
パウダーを使って
オニオンブレッドを開発！



基本情報

会社名 ASTRA FOOD PLAN (株)
TEL 049-293-2654
住所 富士見市鶴瀬東1-10-26



ホームページはこちら

Interview

代表取締役社長の加納千裕さんにお話を伺いました！

食品ロスを減らす事業を始めた理由は何ですか？

食品メーカーに勤めていた際、お弁当やカット野菜などがお店に並ぶ前にたくさん端材が出ていることを目の当たりにし、どうにか出来ないかと考えていました。また、私の父が長年「過熱水蒸気」技術について研究し事業を展開していましたが、技術的な問題で事業を続けるのが難しくなっていました。このままでは過熱水蒸気の技術がなくなってしまうのが悔しくて、事業の形を変えて引き継いだのがきっかけです。

過熱蒸煎機とはどのようなものですか？

端材を食べられるようにするためには、加熱と殺菌が必要です。従来はそれぞれ別の機械で行うので、その分手間とコストがかかりますが、それを1台で行うことが出来るのが過熱蒸煎機です。

端材の特徴は何ですか？

端材には可食部よりも栄養が多く含まれています。例えば、吉野家とコラボで使用した玉ねぎの芯の端材には、ケルセチンが多く含まれており、血糖値や血圧の上昇を抑えるといった効果があります。

事業で大変だったことや、困難に思ったことは何ですか？

創業当初はお金がなかったことです。また、私たちが何をやろうとしているかを知ってもらうことも大変でした。

今後挑戦したいことは何ですか？

ぐるりこを使って端材を食べ物に変えることに加えて、食べ物以外のペットフードや衣類などに変えることにも挑戦し、乾燥した粉末を使って幅広く活動したいです。

私たち消費者に向けたメッセージをお願いします。

大量生産大量消費という日本の食の常識を知ってもらい、アストラの取り組みに注目して応援してほしいです。みんなでかくれフードロスを減らしていく意識を持つ世の中にしていきたい！

埼玉県発の技術と人材は素晴らしいですね！



獨協大生



獨協大生



加納千裕さん



獨協大生



加納千裕さん



獨協大生



獨協大生



加納千裕さん



獨協大生



獨協大生

＼コロナ禍を機に食品ロス削減を加速／

つばさの森

草加市障害福祉サービス事業所



つばさの森とは？

草加市障害福祉サービス事業所である
つばさの森では、就労継続支援
B型事業の一環として「製菓」の
活動を行っています。マドレーヌなどの
焼き菓子を利用者の皆さんが製造し、
販売しています。

食品ロス削減ポイント！

販売の機会が増えると
販売量とともに生産量が増加し、
その結果、売れ残りとして
廃棄される量も増加した…



コロナ禍を経て販売数が
減ってしまったのをきっかけに、
無駄のない製造を開始！



優先順位

賞味期限の近いものを
優先的に販売するために、
マドレーヌの入れ替えを
マメに行っています！



保存のしやすさ

脱酸素剤を使用している為、
安心して保存できます！
さらに、通常よりも長く保存できる為、
家庭でロスが出にくいです！



在庫管理

原材料に関しても「在庫管理表」を
作成し、使用頻度の高いものは
毎日残数をチェックしています！



基本情報

名称	草加市障害福祉サービス事業所 つばさの森
TEL	048-935-5678
住所	草加市柿木町1105-2
営業時間	8:30～17:15
定休日	土曜日・日曜日・祝日・年末年始



TSUBASANO_MORI

公式SNSはこちら

＼みんなの公共冷蔵庫／ コミュニティフリッジ草加



コミュニティフリッジとは？

さまざまな事情により
生活に困難を抱え、
支援を必要とする親子に向けた
「公共冷蔵庫」です
令和4年度に彩の国埼玉環境大賞を
受賞しました！

24時間いつでも

駐車場に併設



無人運営



時間や人目を気にせずに
取りに行けます

主に扱っているもの

- | 〈食品〉 | 〈日用品〉 |
|---------|------------|
| ・レトルト食品 | ・せっけん |
| ・お菓子 | ・シャンプー |
| ・缶詰 | ・ボディソープ |
| ・冷凍食品 | ・ティッシュペーパー |
| ・野菜 | ・マスク |
| ・お米、パン | |

などなど

食品ロス削減ポイント！

食べ物を必要としている人がいるのに、
レストランやスーパーなどでは
売れ残りや余った食品が捨てられてしまっている…



余った食材を集め、必要としている人のもとへ！
無駄な廃棄が減り、環境にも優しいです



SDGsの4つの目標と
連動しています！

「お互いさまの気持ち」で
支えられている
コミュニティフリッジは、
食品ロスとなる品と
生活にお困りの子育て家庭を
繋げます！



基本情報

名称	コミュニティフリッジ草加
住所	草加市清門2丁目42-14
利用時間	24時間



ホームページはこちら

＼こどもたちの元気の源／
こども応援団マイカ



こども応援団マイカとは？

こども食堂やフードパントリーの活動を通して子ども・子育て家庭・生活困窮子育て家庭を応援します。市内の子どもを1人も取り残すことのないように1つの小学校区に1つのこども食堂開設を目指しています。

食品ロス削減ポイント！

お腹を空かしているこどもたちがいるのに、色んなお店では売れ残りや余った食品が廃棄されてしまっている…



余っている食糧を集めて
みんなで一緒に頂きます！
こどもたちを笑顔に！

基本情報

団体名 こども応援団マイカ
TEL 080-9806-9694
活動日 こども食堂…毎月第3月曜日
フードパントリー…不定期



公式SNSはこちら

獨協大学は構内の自動販売機の売り上げの一部を、こども応援団マイカに寄付しています。

家庭系の取り組み

3

野菜の過剰除去部分を活用した
家庭系食品ロス削減術！



家庭系食品ロスを減らすために料理研究家の行長万里さん監修のもと、埼玉県の特産品を使った食品ロス削減レシピを考案しました。

地域別！

埼玉県では

こんな野菜や果物が
よく採れてます！



北部 地域

東部地域

中央地域

秩父地域

西部地域

全国農産物生産
ランキング

(出典：野菜情報サイト 野菜ナビ)

1位	ネギ
1位	ほうれん草
1位	さといも
2位	ブロッコリー
2位	かぶ
2位	小松菜

過剰除去されがちな野菜たちの 一覧とレシピ集

ほうれん草

根元

抗酸化作用のあるポリフェノールや、骨の形成に必要なマンガンなどのミネラルが含まれています。

にんじん

葉・皮

葉には皮膚や粘膜などの抵抗力を高める効果があるカロテンに加え、便秘解消に役立つ食物繊維が多く含まれています。

ブロッコリー

茎

ビタミンCやカロテン、葉酸が豊富に含まれており、特にカリウム、カルシウム、糖分は普段食べられているつぼみの部分よりも茎の方が豊富に含まれています。

かぶ

葉・皮

ビタミンCやカリウム、アミラーゼが含まれており、動脈硬化の予防や皮膚のしわを防ぎ、傷や炎症の治りをよくする効果があります。

じゃがいも

皮

ポリフェノールの一種であるクロロゲン酸が多く含まれており、ガンを予防する作用が期待されています。

長ネギ

青い部分

皮膚や粘膜などの抵抗力を高める効果があるカロテンや、カルシウム、ビタミンC、鉄分など栄養素が多く含まれています。

枝豆

薄皮

ほとんどが食物繊維です。「お腹の調子を整えたい」「便秘を改善したい」という方には薄皮が効果抜群です。



まるごとほうれん草の クリーム煮

材料（2人分）

- 鶏もも肉 250g
- ほうれん草 100g
- 玉ねぎ 100g
- じゃがいも 200g
- 牛乳 200ml
- 塩胡椒 小さじ1/2
- 小麦粉 大さじ1
- ★顆粒スープの素（コンソメ） 1個（5g）
- ★ミックスチーズ 40g
- 油 適量



01

玉ねぎは皮を剥き、良く洗ったほうれん草、皮つきのじゃがいもを食べやすい大きさに切る。



02

鶏肉は余分な脂を取り除き、食べやすい大きさに切り塩、黒コショウを振る。



03

フライパンに油を引き、中火で熱して鶏肉の表面を焼く。



04

鶏肉に火が入ったらじゃがいも玉ねぎと一緒に炒める。小麦粉を振り入れ、粉っぽさがなくなるまで炒める。



05

弱火にして牛乳を少しずつ加える。



06

★を入れ、中火にする。チーズが溶けたらほうれん草を入れ、ほどよくとろみがつくまで煮る。



Look !

ほうれん草の根の部分も調理することで**20g**のロスが削減できるよ！
根に十字に切り込みをいれて洗うことで、泥や汚れを落としやすくなるよ！



外皮を使った 枝豆のかき揚げ

材料（2人分）

- 枝豆 80g
- にんじん 1/2本
- 玉ねぎ 1/2個
- 小麦粉 大さじ3+小さじ1
- 片栗粉 大さじ3
- 溶き卵 1個分
- 油 適量



01

玉ねぎはくし切り、にんじんは短冊切りに。枝豆は茹で、筋と中の薄皮を除去する。



02

ボウルに玉ねぎ、にんじん、枝豆を入れ、小麦粉と片栗粉をまぶす。



03

全体に粉をまぶしたら、溶き卵を加えて全体がまとまるようにさっくりと混ぜる。(混ぜすぎるとべったりしてしまうので注意)



04

170℃の油に生地を入れ、表面が固まるまで約3分揚げろ。



05

裏返して、菜箸で2,3か所穴をあけ、約3分揚げろ。



06

器に盛り付けて完成。お好みで塩やめんつゆでご賞味ください。



Look !

枝豆の中の薄皮は食べられないが、外皮のみなら食べる事ができるよ
その皮の重さは全体の**約1/4**もある！
枝豆の皮を食べることで、廃棄量を大幅に減らすことが期待できるね！



栄養たっぷり 長ネギのチヂミ



材料（2人分）

●豆腐	小1丁(150g)
●卵	1個
●小麦粉	大さじ3
●片栗粉	大さじ3
●ごま油	大さじ1
●長ネギ	60g(青い部分)
●キムチ	60g
★ポン酢しょうゆ	大さじ1
★ごま油	大さじ1



01

キムチを食べやすい大きさに切り、長ネギを小口切りにする。



02

ボウルに豆腐、卵、小麦粉、片栗粉を入れ滑らかになるまで泡立て器で混ぜる。



03

02にキムチと長ネギを入れ、混ぜ合わせる。フライパンにごま油を引き、中火で熱する。



04

蓋をして中火で2分ほど焼く。



05

上下を返して両面こんがりとするまで焼いたら、平たい皿に盛りつける。



06

★を合わせてタレを作り完成。



Look !

長ネギの青い部分を食べることで**約90g**のロスが削減できるよ！
食べられない部分だと思われがちだけど
白い部分と青い部分はどちらも葉ですべて食べられるよ！



ブロッコリーと じゃがいものガレット



材料（2人分）

●ブロッコリー	1株
●じゃがいも	4個
★片栗粉	大さじ4
★チーズ	お好みで
★サイコロ状の餅	150g
★塩・胡椒	少々
●油	適量



01

良く洗ったじゃがいもを皮ごとサイコロ状に切り、耐熱皿に入れ、600wで3分加熱する。(竹串が通らなかつたら追加で20秒ずつ加熱する)。



02

ブロッコリーを茹でずに芯まで細かく刻む。



03

①のじゃがいもをヘラやマッシャーなどでつぶす。



04

じゃがいもがつぶせたら、②のブロッコリーと★の材料を全部入れて混ぜ合わせる。



05

フライパンに油を引き、形を整えながら強火で焼く。パチパチと音がしてきたら中火にして約3分、裏側も同じように焼き目がつくまで焼く。



06

全体的に透明感が増したら、平たい皿に盛り付けて完成。



Look !

一般の冷凍ブロッコリーは、1株の**約45%**が廃棄されているよ
味や触感が似ているアスパラガスの代用品だ考えると
用途がイメージしやすいね！



カブの葉とサバ缶の ふりかけ



材料（2人分）

- カブの葉 90～100 g
- サバの味噌煮缶 190 g
- 白ごま 少々
- ごま油 大さじ1



01

カブの葉をよく洗い、1cm
間隔で切る。



02

フライパンにごま油を引き、
カブの葉がしんなりするまで
中火で炒める。



03

サバの味噌煮缶を汁ごと入れ、
ほくしながら弱火で炒める。



04

サバがほくされ、汁気が飛ぶ
まで炒めたら完成。



05

白米の上にふりかけを乗せ、
白ごまをふりかける。



Look !

カブの葉を使用することで90～100 gのロスが削減できるよ！
硬くて食べにくいイメージだけど、細かく切って火を通せば
シャキシャキとした食感になるよ！



皮付きカブの シーザーサラダ



材料（2人分）

- カブ 1個
- レタス 1/4玉
- ベーコン 4枚
- シーザードレッシング お好みの量



01

カブをよく洗い、薄切りに
する。



02

ベーコンを1センチ幅に切っ
て、カリカリになるまで中火で
炒める。



03

同じフライパンで薄切りにし
たカブを中火で炒める。



04

レタスをよく洗い食べやすい
大きさにちぎる。



05

お皿にレタス、ベーコン、
カブを盛り付ける。



06

シーザードレッシングを
お好みの量かけたら完成。



Look !

薄切りにすることで、皮の食感がきにならなくなるよ！

過剰除去野菜の活用によって 期待される効果

捨てられる野菜の活用

普段捨てられる部分まで食べるので、
農家の方々が作ってくださった野菜を
無駄なく食べることに繋がります！

食品ロス的大幅な削減

「この野菜はこの部分しか食べられない」
という先入観を取り除き、
消費者の意識と行動を変え、
過剰除去を最小限に抑えます！

過剰除去野菜の認知度向上

野菜の捨てられがちな部分には、カリウム・
ビタミンC・食物繊維といった栄養素が
多く含まれています。

それらを可食部として摂取することで、
不足しがちな栄養を効果的に補完できます！

災害対策や環境負荷の軽減

過剰除去されがちな野菜の活用を
習慣づけることで、災害時の食糧
確保に応用でき、自治体による
食糧備蓄の削減にも繋がります！

余分な出費の削減

捨てられる野菜を活用することで
食卓の品数を増やし、消費者の
支出を抑えることができます！

過剰除去を活用し、
「もったいない」で、

過剰除去を減らす世の中を作ろう!!

—埼玉県民に向けた私たちの提言—

"過剰除去されている野菜を活用すれば、
埼玉県の家庭系食品ロス量の
削減目標達成が可能!"



過剰除去を利用



家庭でさらに食品ロスを減らす為に、

過剰除去を食としての活用をすべきである。

これをすれば、食品ロスを減らすことに繋がり、

貧困を無くし、持続可能な社会の実現に

繋がると我々は主張する。

おわりに

『日本埼玉化計画』～地元野菜で築く食品ロスフリーな暮らし～
をここまで読んでくださりありがとうございました。

食品ロスを減らすことは全世界で取り組まなくてはならない問題です。ロス量を0にすることは難しいですが、少しでも減らすことは出来ます。その為に、1人1人がまずは食品ロス問題について学び行動することが大切です。

今回私たちは「過剰除去される部分を使ったレシピ開発」をすることでロス量を削減しようとしてしました。埼玉県民がこのレシピを1日1つ作るだけで、目標値を達成することが出来ます。また、このレシピ以外にも、食品ロス削減レシピは存在します。以下のQRコードから、是非読み込んでみて下さい。

生きるために必要な「食事」を通じて、
共に今までの「当たり前」を覆し、すべての食材に食としての価値を見出す第一歩を踏み出しませんか？

映画『翔んで埼玉』の中で、次のようなセリフがあります。

**埼玉県人には、
そこらへんの草でも食わせておけ！**

埼玉県は一大野菜生産国ですので、草を食べる必要はありません。

埼玉県民は、過剰除去の削減に取り組む良識ある民です。
日本埼玉化計画を進めて、全国の食品ロス量を減少させましょう！



【消費者庁COOKPAD】

謝辞

ご協力いただいた全ての皆様に心より感謝申し上げます。



Special Thanks

埼玉県 資源循環推進課 中野真理子様、東知央様
ASTRA FOOD PLAN株式会社 加納千裕様、斎藤夏実様
草加市障害福祉サービス事業所つばさの森 中村綾子様
料理研究家 行長万里様
日本フードリカバリー協会 植田全紀様
草加商工会議所 岡野直樹様
こども応援団マイカ 浜藺浩美様
獨協大学経済学部 高安 健一教授
獨協大学 職員の皆様
獨協大学コミュニティスクエア スタッフの皆様

参考文献

1.統計・白書・レポート

- ・環境省(2020)『日本の食糧廃棄物及び食品ロス発生量の推計値』。
- ・農林水産省(2020)『日本の食品ロスの現状』。
- ・農林水産省(2021)『令和3年度耕地面積(7月15日現在)』。
- ・農林水産省(2022)『食品ロス量推移(令和4年6月9日現在)』。
- ・消費者庁(2022)『消費者の意識に関する調査結果報告書-食品ロスの認知度と取組状況等に関する調査-』。

2.オンライン書籍

- ・環境省(2022)『一般廃棄物の排出及び処理状況等について』
(URL:https://www.env.go.jp/recycle/waste_tech/ippan/r2/data/env_press.pdf)
- ・環境省(2023)『我が国の食品ロスの発生量の推計値(令和3年度)の公表について』
(URL:https://www.env.go.jp/press/press_01689.html)
- ・農林水産省(2019)『災害時に備えた食品ストックガイド』
(URL:<https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/foodstock/attach/pdf/guidebook-3.pdf>)
- ・農林水産省(2023)『令和5年農林水産省 埼玉県の農林水産業の概要』
(URL:https://www.maff.go.jp/j/kanbo/tiho/attach/pdf/todouhuken_gaiyou-10.pdf)
- ・消費者庁(2020)『家庭での食品ロスを減らすために』
(URL:<https://www.no-foodloss.caa.go.jp/eating-home.html>)
- ・ASTRA FOOD PLAN株式会社
(URL:<https://www.astra-fp.com/>)
- ・コミュニティフリッジ草加
(<https://cf-soka.com/>)
- ・野菜情報サイト野菜ナビ 野菜別ランキング
(<https://www.yasainavi.com/graph/category/ca=11>)
- ・みなとの野菜大辞典 【SDGs 食品ロス 後編】普段捨てられてしまいがちな部分に注目
(https://www.hyponex.co.jp/yasai_daijiten/column/column-6436)

日本 埼玉化計画～地元野菜で築く食品ロスフリーな暮らし～

2024年4月21日

【著者】

獨協大学経済学部 高安健一ゼミナール もったいないページず
千葉一樹・上原未来・白石唯奈・山川穂乃佳・横島もえ

【Mail】

dokkyo.foodloss@gmail.com

【Facebook】

獨協大学経済学部高安ゼミナール @takayasuseminar2017

【住所】

獨協大学 埼玉県草加市学園町1-1