

今年から10月は、まだ食べられるのに捨てられる食品を減らす「食品ロス削減月間」。国連が掲げる「持続可能な開発目標(SDGs)」は、2030年までに食品ロスを半分に減らすことを目指しており、道内でもさまざまな取り組みが進んでいる。その

一つが、家庭でもてあました食品を持ち寄り、その場で即席のアイデア料理を調理する「サルベージ・パーティ」と呼ばれるイベント。楽しみながら食品ロスを減らす活動として注目されている。

(佐竹直子)



食品ロス 農林水産省の推計では、2016年度に国内で排出された、まだ食べられるのに捨てられた食品ロスは、食品廃棄物総数2759万トンのうち23.3%を占める643万トンだった。道内の推計値(15年度)は、食品廃棄物288万トンのうち、食品ロスは13.5%の39万トン。国は今日1日、食品ロス削減推進法を施行した。毎年10月を「食品ロス削減月間」、10月30日を「食品ロス削減の日」に定めた。

余った食品持ち寄り

即席調理20品が完成

アイデア料理で ロス減らそう



札幌市の会社員、富田裕智

キャベツやトマト、ホウレンソウ、鶏肉、生シシト、甘栗、カレー粉、マヨネーズ、ポテトチップス。札幌市内で5日に開かれたサルベージ・パーティの会場。さまざまな食材が40種類あり、すべて、この日の参加者23人が持ち寄った。自宅に残っていた食材だ。参加者が4班に分かれ、持ち寄った食材だけを材料に相談しながら料理すること約40分間。約20品のアイデア料理が完成した。パスタのソースは、トマトとコンの缶詰を野菜ジュースで煮込み、焼き菓子のポーロでとろみをつけた。鶏の唐揚げは、砕いたポテトチップスを衣に混ぜ、塩味と塩ひえを加えた。フノリを甘栗と一緒に揚げた板チョコに混ぜてセリー状に固めた。鶏の唐揚げのすきませーとも登場。「食べたまでがない絶妙な味」と試食した参加者たちを驚かせた。



札幌でイベント 組み合わせの妙楽しむ

5日のサルベージ・パーティは札幌海産物協会が、市内のこみ削減活動の一環で主催。札幌市では17年度に排出された食品ロスが24万8千トンのうち、食べ物が無駄に捨てられた食品ロスが19%を占めた。市の試算では、4人家族で年間40kg、2万5千円分の食品を持てた計算になり、食品ロス削減は大きな課題だ。この日、講師を務めた和田藤子さん(38)＝札幌市＝は、サルベージ・パーティを普及する全国5人のサルベージプロフェッサーの1人。フードサルベージによると、現在、道内で普及活動を展開しているのは和田さんだけで、今年7月のサルベージ・パーティに開かれた。和田さんは「サルベージ・パーティは、食材の価値を見直すことで、無駄に捨てられる食品を減らす取り組み。友達同士や地域で実践してみよう」と呼び掛ける。参加者たちが持参した、家庭でもてあました食品、野菜や魚、豆腐類など約20種類を並べた。

さん(38)は「残った食品で料理しなさいと考えると気が進まないが、みんなの残り物を集めてパエリアで、組み合わせを考えるのが楽しい」と笑った。サルベージ・パーティは、一般社団法人フードサルベージ(東京)が推進する食品ロス削減の取り組み。余った食材を救い出すという意味で名付けられた。作る調理法はアレンジはなげ、堅苦しいルールもない。持ち寄った家庭の残り物だけを材料に、その場で相談しながら料理を作って味わう集いだ。国内では13年から始まった取り組みで、15年の国連総会でSDGsの目標に食品廃棄物の半減が定められて以降、全国に広がっているという。

家庭で残っていた残り物がパスタ(手前)などアイデア料理に活用した

くらし

食品ロス削減講座

食べて減らそう！食品ロス！

10月、札幌消費者協会（札幌市中央区）で、「食品ロス削減講座」が行われました。講座は、「食品ロスを減らす工夫は、一つの視点だけではなくいろいろな切り口があります。もう一歩違う視点で見たら、新しい発見や気づきがあって、自分でもできそうなのがあるはず。本講座を通していろいろの可能性を知ってもらいたい」と、視点を変えたテーマで10月5日・9日・17日に開催されました。各講座の様子を紹介します。

10/5

「レッツ〜サルベージ・パーティ」
〜余った食材でアイデア料理〜



完成したアイデア料理の数々
「山と海の出会」をテーマに、厚揚げに

「サルベージ・パーティ」は家庭で使いきれない食材をみんなが持ち寄って、おいしい料理に変身させる取り組みです。講師はサルベージ・プロジェクトの和田順子さん。

持ち寄った食材は、キャベツ、豆苗、甘栗、鶏肉、チーズなど52品。参加者は4班に分かれ持ち寄った食材だけを材料に相談しながら料理を作っていました。そして20品のアイデア料理が完成。湯通ししたキャベツとヒマ

10/9

「知っていますか？フードバンク活動」
〜企業・NPOによる食品ロス削減の取組〜



参加者が持参した食品を家庭で持て余した

「フードバンク」はまだ食べられるのに様々な理由から処分される食品を福祉施設等に無償で提供する活動です。この活動を通して見えてくる、なぜ食品ロスは生まれるのかを改めて考える

中で、「賞味期限が迫った商品」と「新品の食味テストも行いました。前者はフードバンクを実施している「コープさっぽろトックフードバンク」、「NPOフードバンク札幌」から活動についての講演があり、引き続き後者の食味テスト



「フードバンク」講演の様子

10/17

「大阪の始末の料理に学ぼう！」
〜知恵と工夫でおいしく食べよう〜

「食材を使い切る、なんでも捨てないで料理するの精神が大阪の「始末の料理」です。一つの食材を食べ切る工夫の仕方などを学びました。また、「食品ロス削減のための取組」〜フードロスは誰のせい〜の講座も行われ、行政・企業、流通の動きや、食品ロスの現状など最新情報の紹介もありました。



「食品ロス削減のための取組」講座の様子



「せんべい」の味やにおいをチェックする参加者たち

が、お茶、せんべい、グツキーの3品で行われました。参加者からは「フードバンクの取組みは素晴らしい、何か協力できなかったらと考えた」、「味に違いはない。賞味期限はもっと長くてよい」と思っただといった感想がありました。



料理実習で「大根もち」と「お好み焼き」を焼く参加者たち

ロス量（可食部分と考えられる量）の現状は64.3万トン（農水省・環境省「平成28年度推計」）。そのうち半分に近い29.1万トンが一般家庭からのもの。64.3万トンという量は、日本人がごはん茶碗一杯分の食品を捨てている量に相当します。

食品ロス削減講座に引き続き、始末の料理のデモと実習が行われました。

本紙9・10月号で募集した「食品ロス削減」についての意見を紹介します。

♡ あたり前の事ですが、食べ切れる分だけ買う事が大切だと思います。日持ちしない食品でも「お徳用」「大容量」という物にひかれて買って、結局使い切れずに破棄してはかえって割高です。また、日本のスーパーにはまだ少ないですが、海外の「量り売り」の販売方法の方が、必要な量を買うのととても良いと思います。

（秩父別町 コロにゃんさん）

♠ 我が家は週に1回、金額を決めて食品をまとめ買いします。傷みややすい野菜や果物は週に2回買う時もありますが、必ずお店の見切り品を手チェックしてから買います。週末は冷蔵庫が空っぽになり、きれいに庫内を拭くことによって使い忘れのチェックもでき食材を無駄にしないようにしています。

（中標津町 カズさん）

♡ 日本語には「もったいない」という素敵な言葉があるのに…。例えば、余ったおでんはカレーに、肉じゃがはコロッケ、クリームシチューはチーズドリアに。色々なリメイク料理が知れ渡ったら食品ロスも減ると思います。

（旭川市 ピアさん）

♡ 「食品ロス」は、家庭から出されるものがとても

（江別市 ももえさん）

♡ 娘が学校でいつも給食のご飯の量が多く食べきれないと言っています。大、中、小のサイズに分けるなど、学校でどうにかできないかなと思います。

2019.11.1 「さっぽろ10区」

第3種郵便物認可

野菜の使いきりメニューの「大根もち」と「お好み焼き」を調理した



食「学んで発見 作って納得」

もったいない精神！
食品ロス削減目指す

使いきり講座

北 区 今年から10月が「食品ロス削減月」になったのに合わせ、札幌消費者協会が食材を無駄なく使いきるメニューの調理実習講座を10月17日、札幌エルプラザで開きました。

市内から32人が参加しました。最初に、協会会員でつくる「食と健康を考える会」代表の竹田加代さんが講演し、「日本は『もったいない』文化の発祥のはずなのに、その意識をどこか

に置き忘れていた。食材を使いきり、残さず食べることが食品ロスの削減につながる」と訴えました。実習では、丸ごと買った家庭ではなかなか食べきれない大根とキャベツの「使いきりメニュー」を調理しました。1品目はキャベツたっぷりなナガイモ入り「お好み焼き」、2品目は細切りして塩もみした大根に、長ネギとラミニエビ、上新粉などを加えて焼いた「大根もち」です。どちらも野



大根もち



船場汁

菜をたくさん消費できるレシピで、参加者たちは手際よく完成させていました。また、講師を務めた大阪出身の栄養士、駒沢陽代さんは、身のほかに中骨やアラまで使い、サバ1本を無駄なく食べきる大阪商人の伝統レシピ「船場汁」を紹介しました。試食した豊平区の桜庭克恵さん(68)は「サバのだしが出て、とてもおいしい。普段は魚を使いきれないので参考になった」と話していました。

*

市によると、17年度に市内で出された可燃ごみ24万8千トのうち、まだ食べられるのに捨てられた食品ロスは19%。4人家族で年間40ト、約2万5千円分を捨てている計算です。食品ロスについては、11月下旬の紙面で特集する予定です。(ライター・林由紀子)