




福岡県で発生する食品ロス\*は年間21.5万トンあり、そのうち約半分の11.4万トンが家庭から出ています。一人あたりでは、毎日「お茶碗約1杯分」の食品が捨てられていることとなります。食品ロス削減のために、食べ残しや期限切れを減らすなど、私たちにできることから始めましょう。

\*食品ロス・・・まだ食べられるのに捨てられる食べ物のこと

## 家庭でできる食品ロス対策

### お買い物編





-  買い物に行く前に家にある食品を確認しましょう
-  必要な分だけ購入しましょう
-  すぐに食べる食品は、消費期限が近いものを購入しましょう

### 他にも 食品ロス削減マイスター

食品ロス削減のコツを教えるスペシャリスト「食品ロス削減マイスター」を地域の学習会やエコクッキング教室などに派遣しています。ぜひご利用ください。






### 保存・料理編

-  食材ごとに正しい方法で保存しましょう
-  普段から冷蔵庫を整理しましょう
-  皮むき器を賢く使い、皮のむきすぎを防ぎましょう
-  余った食材は食品ロス削減レシピを参考に料理しましょう

余った食材を賢く使ったレシピなどを紹介!



### 外食編

-  食べきれん分だけ注文しましょう
-  「食べ物余らせん隊」登録店舗を積極的に利用しましょう
-  宴会の時は「30・10運動」を実践しましょう

- ① 乾杯後30分は出来たての料理を楽しむ
- ② 料理も楽しみながら親睦を深める
- ③ お開きの10分前はもう一度料理を楽しむ

食品ロス削減に  
取り組む飲食店など  
食べ物余らせん隊  
はこちら ▶



問 循環型社会推進課 ☎092-643-3381 FAX092-643-3377

認知症は、2025年には日本の高齢者の5人に1人にあたる約700万人が発症すると言われ、誰もがなりうるものです。認知症の人と関わるときは、「できること」に目を向けて自然に接することが大切です。県では、9月21日の「世界アルツハイマーデー」に合わせてイベントを開催します。この機会に認知症についての理解を深めてみませんか。

## 認知症を考えるオレンジフラワー展

マリーゴールドやガーベラなど、認知症のシンボルカラーであるオレンジ色の花を楽しみながら、認知症について学べるパネル展です。

- 日時** 9月20日(火)～28日(水) 9時～17時15分  
※閉庁日を除く。初日は11時から、最終日は15時まで
- 会場** 福岡県庁1階ロビー

### 同時開催 認知症に関する本人講演会

※申込不要

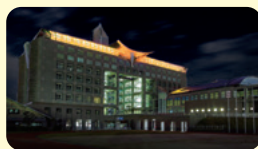
認知症当事者が症状との向き合い方を実体験を交えながらご自身の言葉でお話します。

- 日時** 9月21日(水) 11時30分～(1時間程度)
- 会場** 福岡県庁1階ロビー

世界アルツハイマーデー(9/21)に合わせて  
福岡のまちをオレンジ色にライトアップ!



旧福岡県公会堂貴賓館  
(福岡市中央区)



クローバープラザ  
(春日市原町)



福岡タワー  
(福岡市早良区)

## 認知症による“もの忘れ”

記憶の一部が抜け落ちることによって“そのこと自体”を覚えていない状態が認知症の症状です。



### チェック!

## 認知症カフェで悩みや不安を打ち明けよう

認知症カフェは認知症の人やそのご家族をはじめ、誰でも参加できる交流の場です。お気軽にご参加ください。



県内の  
認知症カフェ  
一覧はこちら



※写真はイメージです

問 高齢者地域包括ケア推進課 ☎092-643-3250 FAX092-643-3253