



# ロス NO!

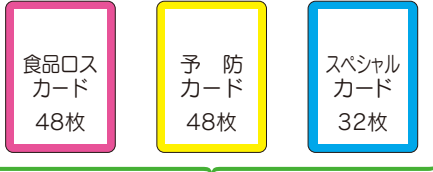


あそびかた① 人数 / 4~6人

制限時間(目安) 15分

## 用意するもの

付属品すべて



128枚



フィールド



サイコロ

## A カードを配る

- ① カードを種類ごとによくシャッフルしよう
- ② 一人に5枚ずつ配ろう

5枚



- ③ 残りはフィールドに種類ごとに山札にして置くよ

## B 順番を決める

- ① ジャンケンで1番を決めよう
- ② 1番の人からスタートして時計回りで順番に手札を出そう



## C カードの出しかた

その1 手札に出せるカードがある

- 〈出しかた①〉 食品ロスカード + 予防カード 組合せ表を見てペアになるものを出そう(1組まで)
- 〈出しかた②〉 食品ロスカード + スペシャルカード (例) フードドライブ
- 〈出しかた③〉 スペシャルカード 1枚出してカードに書かれている指示にしたがう

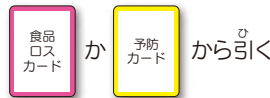
※ 1回出したら次の人に順番が回るよ

その2 手札に出せるカードがない

- (1) サイコロを振ってカードを引く



スペシャルカード が引けるよ  
※スペシャルカードを引かずに、他のカードを引いても良いよ



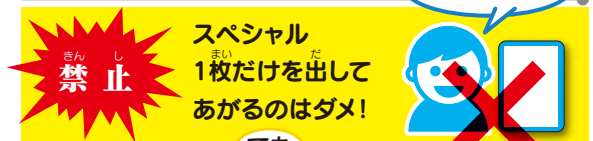
- (2) カードを出す 出しかたは その1 を見てね

捨てられないとき



## D あがりかた

手札がなくなればあがり



スペシャル1枚だけを出してあがるのはダメ!

でも



相手の攻撃を防ぐため「バリア」を使ってあがるのはOK!

# あそびかた② 人数/4~8人

せいげんじかんめやす ぶん  
制限時間(目安) 10分

## 用意するもの

しょくひん まい よぼう まい こうけい まい  
食品ロスカード 48枚・予防カード 48枚 合計96枚 / フィールド

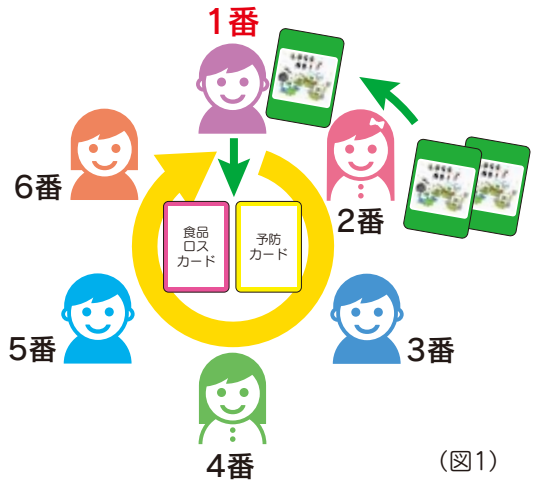
### A カードを配る

- 96枚のカードをひとつにしてよくシャッフルしよう
- 裏返しのまま1枚抜こう  
※抜いたカードはみんなに見えないようふせておこう
- 残りの95枚を全員に配ろう

※ペアがそろっていても抜かずにスタートするよ

### B 順番を決める

- ジャンケンで1番を決めよう
- 1番の人からスタートして時計回りで順番に進めよう



(図1)

### C カードの出しかた (図1)

- 次の人のカードを一枚引こう
- 手札にペアがあればフィールドに出そう(1組まで)  
※組合せ表を見てペアになるものを出そう

### D あがりかた

てぶだ  
手札がなくなればあがり

かたづ しゅらい わい  
※片付けのときは種類ごとに分けて入れてね

## 食品ロスカードと予防カードの組み合わせ

### 《食品ロスカード》

たのこ  
食べ残した



じぶん さら た  
自分のお皿には食べられる分だけ取ろう

す きら  
好き嫌いをなくそう

た べられる  
日にちが  
過ぎていた



か ちゅうい  
買いすぎに注意しよう

た か ひつけ み  
おうちにある食べものを書いてある日付を見てみよう

かわ  
リンゴの皮を  
厚くむきすぎた



かわ  
皮をむくときにはうすくむきましょう

まる つか ひと き  
りんごを丸ごと使ったレシピをおうちの人に聞いてみよう

### 《スペシャルカードの種類》

フードドライブ

おすそわけ

カード交換

バリア

「食品ロス」をへらす行動を自分で考えて言ってみよう

みんなの嫌いな料理を出しちゃった

かく した ぶぶん こうか  
※各カードの下半分にスペシャルカードの効果ののってるよ!