



小田原市 食品ロスダイアリー

家庭から食品ロスをなくそう

 食品ロスダイアリーとは 

家庭で捨ててしまった未利用の食品や食べ残しを一定期間記録することができる日記です。記入することで、家の中からどのくらい食品ロスが出てしまったか把握できます。食品ロスの量が目に見えることで食品ロスの量を減らすことができます。



アンケート (○で囲むなどして記入してください)

★世帯の人数 人

★普段の買い物の仕方

一週間以上まとめ買いする その都度必要な分を購入
 まとめ買いをして足りない分だけ買い足す その他 ()

★余った食材をリサイクルしている場合、どのような方法で行っていますか

段ボールコンポストを使用 電動式のコンポストを使用
 庭や畑に埋めている その他 ()

★普段、食品ロスを出さないために気を付けていることは

()

★今後、食品ロスを出さないために習得したいことは

調理しやすい食材の冷凍方法 冷蔵庫の上手な収納方法
 食品ロスを出さない調理方法 まとめ買いした食材の作り置き方法
 その他 ()



提出方法 市役所 4階環境政策課窓口へ提出・郵送・メールでの提出となります。

問合せ・提出先

〒250-8555

小田原市荻窪300番地

小田原市環境政策課 資源循環係

TEL 0465-33-1471

メール ka-shigen@city.odawara.kanagawa.jp

日付	捨てたもの	捨てたものの重さ(グラム)								捨てた理由
		①野菜果物	②魚・貝	③肉	④卵・牛乳	⑤お菓子	⑥パンご飯麺	⑦その他	⑧食べ残し	
合 計		①野菜果物	②魚・貝	③肉	④卵・牛乳	⑤お菓子	⑥パンご飯麺	⑦その他	⑧食べ残し	→裏面で二酸化炭素と お金の計算をしてみよう
		0g	0g	0g	0g	0g	0g	0g	0g	

住所 _____

氏名 _____

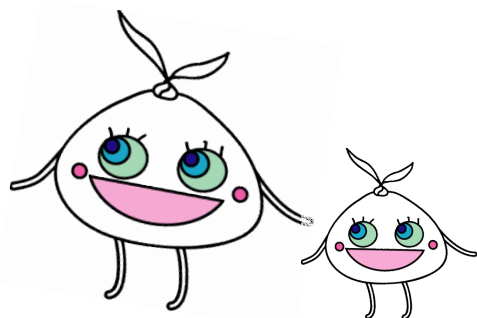
連絡先 _____

★出さずにすんだ二酸化炭素の量を計算してみよう



二酸化炭素は地球温暖化の原因の一つです

① 野菜・果物	g	× 0.6 =	g
② 魚・貝	g	× 6.0 =	g
③ 肉	g	× 2.0 =	g
④ 卵・牛乳	g	× 0.8 =	g
⑤ お菓子	g	× 2.0 =	g
⑥ パン・ご飯・麺	g	× 1.9 =	g
⑦ その他	g	× 1.9 =	g
⑧ 食べ残し	g	× 1.7 =	g



合計

	g
--	---

★捨ててしまった食品を買うためのお金を計算してみよう



食品ロスをなくせば食べ物を買うお金を無駄にしません

① 野菜・果物	g	× 0.6 =	円
② 魚・貝	g	× 1.9 =	円
③ 肉	g	× 2.9 =	円
④ 卵・牛乳	g	× 0.3 =	円
⑤ お菓子	g	× 1.4 =	円
⑥ パン・ご飯・麺	g	× 0.7 =	円
⑦ その他	g	× 0.7 =	円

●掛け率についてはあくまでも目安です
環境省が公表しているデータを元としています

合計

	円
--	---