

残さず食べきる
秋田犬の私は
「ワンダフル」です。

犬だけにね



さん まる いち まる
3010運動
適量注文で
食品ロス削減

秋田県は
「食べきり」
推しです!

みんなでやろう!
「食べきり」
のコツ **2** シーン別
ポイント

ポイント1
宴会や
イベントでは!
さん まる いち まる
3010運動!

乾杯からの「30分間」とお開き前の「10分間」は
自分の席で料理を楽しみ、
食べ残しを減らそうという運動です。

開始後
30
分間
味わいタイム
自分の席を離れず、
できたての料理を
おいしくいただく時間です。

お開き前
10
分間
食べきりタイム
自分の席に戻って、
残っている料理を
再度楽しむ時間です。



ポイント2 その日の
食欲や体調に
合わせるワン!

予約・オーダーでは!
適量注文!

残さず食べきれそうな量を注文してください。

- 例えば…
- 料理の量を調整してもらう
 - 苦手な食材を除外してもらう
 - 参加者でシェアする

食品ロスクイズ

秋田県の家から出る食品ロスは
1人1日当たりどれくらい?

- ① 10g ② 50g ③ 76.9g ④ 100g

正解は… ③の76.9g!

秋田県の家から1年間に出る食品ロス量は約
2.7万トン。(2020年度)
この重さを身近なもので例えると、県全体で毎日
約100万個ものおにぎりや卵を捨てているのと同
じ量になります。



秋田県 生活環境部 温暖化対策課

