

# 食品ロスダイアリー市民モニター調査(概要)

北九州市における第2回食品ロスダイアリー市民モニター調査を実施しました。

## 1 調査概要

調査期間：令和3（2021）年11月1日（月）～11月28日（日）の4週間

調査対象：250世帯※（うちダイアリー提出198世帯、アンケート2回目回答182世帯）

※応募総数449世帯から抽選

## 2 食品ロスダイアリーの記録結果

### (1) 食品ロスの発生世帯

9割を超える世帯から食品ロスが発生していましたが、少数ながら、全く発生していない世帯もありました。

食品ロス発生の有無		世帯数	割合
発生なし		11	5.6%
発生あり		187	94.4%
(A)手つかず食品のみ廃棄		38	19.2%
(B)食べ残しのみ廃棄		14	7.1%
(A)+(B)両方発生		135	68.2%
合計		198	100%

### (2) 食品ロスの発生量

#### ①世帯・1人当たり（4週間）

今回の調査での食品ロスの合計量は約226kg（198世帯の合計）でした。

また、そのうちの**手つかず食品の廃棄量が約6割と多くなっています。**

項目	世帯(人数)	量(kg)
食品ロスの合計量	—	226
食品ロスうち手つかず食品の量	—	144 (64%)
食品ロスのうち食べ残しの量	—	82 (36%)
世帯の食品ロス量（平均）	198(世帯)	1.1
1人あたりの食品ロスの量	614(人)	369(g)

#### ②発生量の食費換算

1世帯あたり年間約**15kg**の食品ロスが発生している計算になります。

1世帯あたりの食費購入費を610円/kgとすると

$15\text{kg} \times 610\text{円} = 9,150\text{円}$ となり、

**年間、約9千円捨てていることに相当します。**

※500円のランチに例えると、

約18日分に相当します。

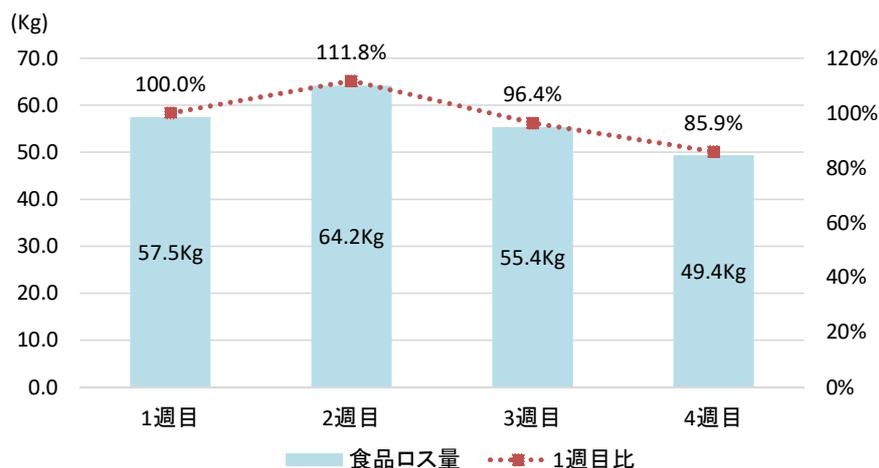


### ③食品ロス発生量の推移

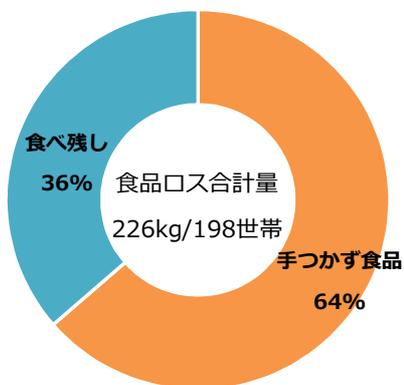
発生量は、2週目にやや増加しましたが、3週目以降は減少し、4週目では1週目の約86%となり、**スタート時から14%も削減**することができました。

(単位：kg)

	1週目	2週目	3週目	4週目	合計
食品ロス量(kg)	57.5	64.2	55.4	49.4	226.5
前週との差	—	10.5%	-16.0%	-12.1%	—
1週目比	100.0%	111.8%	96.4%	85.9%	—



### 食品ロスの内訳



食品ロスは、**手つかず食品のほうが多く発生**しています。

廃棄された理由は、

- 賞味期限切れ
- 買ったけど忘れていた
- 安いときにたくさん買って使い切れなかった

などの意見がみられました。

### ◇モニターの感想

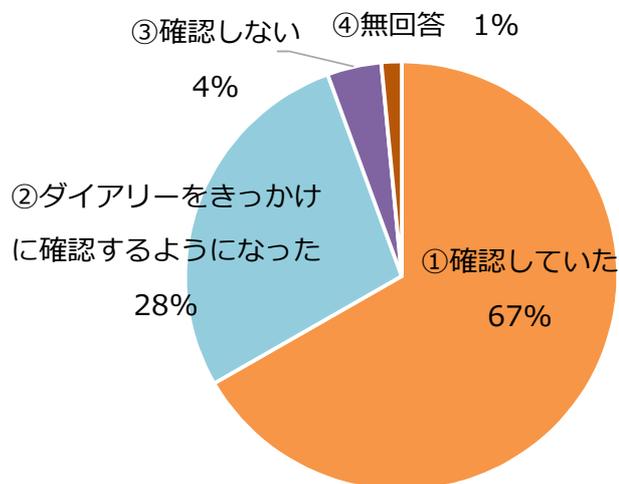
- 食品ロスを普段そこまで意識したことがなかったので、今回つけることで「あ、これもロスだ」と意識して、なんとか使いきろうとする気持ちが高くなりました。
- ダイアリーを手で書き目視することで現実感がわき、気をつけようと思う気持ちが強くなりました。
- 毎日忙しく、「なかなか食べ物を大切に出来ていなかったな」と、ダイアリーをつけて反省しました。沢山買い込んで消費できず、捨てる事が多かったので見直していきたいです。
- 母に、食品ロスを沢山出していることを知ってもらうために始めました。けんかにならずに食品ロスを減らす取組ができて良かったです。
- 前回参加させて頂いたおかげで、その後ゴミ袋は「特小」ですむようになりました。

### 3 アンケートの調査結果

#### (1) 食材の確認について

○ダイアリー記録直後の回答

買い物の前に自宅の食品、食材を確認していますか？



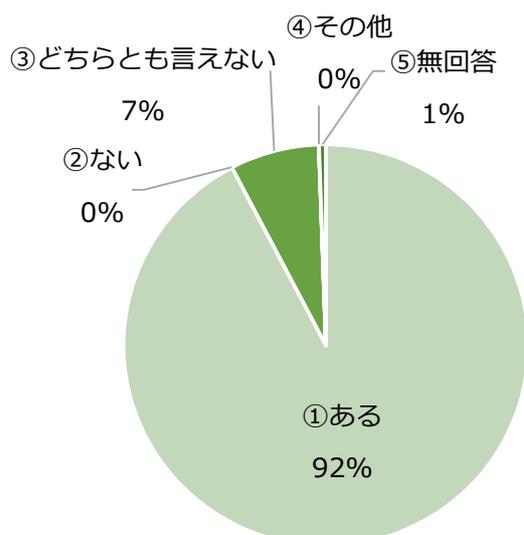
ダイアリーの記録がきっかけで、約3割の方が食品の確認をするようになったことから、**ダイアリー記録は、自宅の食品の在庫を確認する行動を始める有効手段**であると考えられます。

#### (2) ダイアリーの効果について

○2回目アンケート結果

ダイアリーは、食品ロス削減について考えるきっかけとして、  
また削減の取組みとして効果があると思いますか。

ダイアリーの効果



**ダイアリーが食品ロス削減に「効果がある」とした回答が9割**を占めています。

なかでも「目で見ると」「記録することで」「意識が高まる」といった意見が多数寄せられました。

また、「どちらとも言えない」は、「ダイアリー記入者のみの意識では難しい」といった意見が多く、**家族の協力が不十分な場合は、食品ロスの削減も容易ではない**ことが推測されました。

## (6)皆様からのご感想の一部を要約して紹介します

### ◇自分の行動などで気づいたことや感じたこと

- ・自分が思っている以上に沢山の食品ロスを出していた。
- ・保管できる食品を買い過ぎて、ロスが出ていることに気がついた。
- ・寒い時期で食品の保存が良くなるという気のゆるみで、食品ロスが発生していた。
- ・「安いから」「いつか食べるから」と思い、買物する傾向があることにも気付いた。 購入時に本当に使いきれぬか考えたい。
- ・野菜など、安いときに買いすぎる傾向があることがわかって良かった。
- ・食費に換算すると、ロスの大きさやもったいなさを実感した。



### ◇ダイアリー記録をきっかけに取り組んだこと



- ・「作ったら食べる、残さない、余分に買わない」を徹底した。
- ・外食の時も残さないように心がけた。
- ・自分で食べられるだけ皿に取ることで、子どもの食べ残しがなくなった。
- ・残り物を次の日に食べていたが、食べきれぬ量をつくるようにした。
- ・野菜が長持ちする保存方法をインターネットで調べて実行した。

### ◇これからも継続して食品ロスをゼロに！

- ・家族で食品ロスについて考え、行動を変えられた。メモは無くても食品ロス削減は続けていきたい。
- ・野菜の芯や皮なども使っていきたい。
- ・食品ロスの削減も大切だが、子どもたちには生産者へ感謝する気持ちも伝えたい。



### ◇ダイアリー記録について



- ・子どもと一緒に取組んだ。子どものほうが、「食材のどの部分まで食べられるか」と考えてくれて、楽しく食品ロスに取組めた。
- ・子どもと一緒にダイアリーをつけることで、「なぜ、食べものを捨てるといけないのか」を考える良いきっかけとなった。
- ・記録することで意識が変わり、行動が変わって、4週間後には食品ロスが減った！また、食べもののムダ⇒お金のムダだと気がついた。
- ・最初は面倒だと思ったが、徐々に冷蔵庫内を把握でき、残り物での調理が楽しみになった。
- ・意識をして生活すればできるんだ、と自信につながった。

### ◇終わりに・・・

たくさんのご意見、本当にありがとうございました。引き続き食べものの「もったいない」を一緒に減らしていきましょう！！

この度は、本当にありがとうございました！

令和4年3月 北九州市 環境局 循環社会推進課

