消費者庁委託事業

平成 29 年度
徳島県における食品ロスの削減に資する取組の実証調査
報告書

平成 30 年３月

ＮＰＯ法人木野環境

目次

１．目的 1
２．概要 1
３．業務内容 2
（１）調査準備 2
①事前調査 2
ア．計測・記録に関する事例調査..... 2
イ．家庭における削減事例調査..... 4
ウ．有識者ヒアリング（計測・記録・削減方法について）..... 6
②計測・記録、削減マニュアルの作成..... 9
ア．記録用紙、計測記録マニュアルの作成..... 9
イ．削減マニュアルの作成..... 12
（２）モニター家庭に対する指導等の実施..... 13
①モニター家庭の選定と介入群・非介入群分け..... 13
②食品ロス量等の計測・記録の説明会..... 16
③削減取組の説明会 17
④問合せ対応 20
（３）削減取組の効果の把握・分析..... 20
①有識者ヒアリング（分析・考察について）..... 20
②ダイアリーの集計結果..... 22
ア．削減取組の実践による食品ロス量の差異..... 31
イ．削減取組による食品ロスの金額の差異..... 35
ウ．削減取組による捨てた回数の差異..... 36
エ．削減取組による捨てたものの区分の差異..... 37
オ．削減取組による捨てたものの取得時期の差異..... 39
カ．削減取組による捨てた理由の差異..... 42
キ．モニター家庭の属性（構成人数）別の食品ロス量..... 44
ク．食品ロスの内訳と特徴..... 49
ケ．今日の取組 59
コ．【ポイントメモ】の自由記述内容..... 61
サ．大掃除 72
（４）モニター家庭の意識調査..... 73
４．業務結果と考察 114
①介入群と非介入群 114
②変化率の比較、その差異の理由と考察..... 114

③他都市における調査結果との比較..... 114
④日ごとの食品ロス量の変化と天候との関係..... 117
⑤金額に関する考察 119
⑥自由記述欄からの考察..... 120
⑦実践した取組や行動の変化..... 121
⑧今後の課題 125
⑨食品ロス量が少なかった世帯の取組事例..... 129
⑩後半の食品ロスが大幅に減っている世帯の取組事例..... 129
⑪普及啓発について 130
５．業務打合せ 133

図目次

図 1　本業務の概要（イメージ）..... 2
図 2　食品・お買い物ダイアリー（介入群の前半２週間と非介入群の４週間用）..... 11
図 3　食品お片づけ・お買い物マニュアルの１ページ..... 12
図 4　事前アンケート１..... 14
図 5　事前アンケート２..... 15
図 6　「食品・お買い物ダイアリー」の後半２週間分用..... 19
図 7　参加者の年齢 24
図 8　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】前半２週間及び後半２週間の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含む） 32
図 9　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】前半２週間及び後半２週間の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含まない） 32
図 10　各世帯の変化率の分布（左：飲料を含む　右：飲料を含まない）..... 33
図 11　各世帯の変化率の分布（変化率が 100%以上または-100%となった世帯を除いた場合）（左：飲料を含む　右：飲料を含まない） 34
図 12　【A購入したもの】の食品ロスの金額（飲料を含む）..... 35
図 13　【A購入したもの】の食品ロスの金額（飲料を含まない）..... 36
図 14　捨てたものの区分別の食品ロス量..... 38
図 15　【A購入したもの】捨てたものの区分別の金額..... 39
図 16　入手した日の区分別の食品ロス量（飲料を含む）..... 40
図 17　入手した日の区分別の食品ロス量（飲料を含まない）..... 41
図 18　【A購入したもの】を買った日の区分別の捨てた分の購入金額（飲料を含む） 41
図 19　【A購入したもの】を買った日の区分別の捨てた分の購入金額（飲料を含まない） 42
図 20　捨てた理由別の食品ロス量（飲料を含む場合）..... 43
図 21　捨てた理由別の食品ロス量（飲料を含まない場合）..... 43
図 22　【A購入したもの】を捨てた理由別の金額..... 44
図 23　モニター家庭の属性別の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含む）..... 47
図 24　モニター家庭の属性別の１人あたりの食品ロス量（飲料を含む）..... 47
図 25　モニター家庭の属性別の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含まない）..... 48
図 26　モニター家庭の属性別の１人あたりの食品ロス量（飲料を含まない）..... 48
図 27　【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】の項目別重量割合..... 49
図 28　介入群（前半）【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】の項目別重量割合（飲料を含む） 50

図 29　介入群（後半）【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】の項目別重量割合（飲料を含む）..... 50
図 30　非介入群（前半）【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】の項目別重量割合（飲料を含む）..... 51
図 31　非介入群（後半）【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】の項目別重量割合（飲料を含む）..... 51
図 32　介入群・非介入群の廃棄された食品の件数別の内訳..... 53
図 33　介入群において廃棄された食品の件数別の内訳..... 54
図 34　非介入群において廃棄された食品の件数別の内訳..... 55
図 35　介入群・非介入群の廃棄された食品の重量別の内訳..... 56
図 36　介入群において廃棄された食品の重量別の内訳..... 57
図 37　非介入群において廃棄された食品の重量別の内訳..... 58
図 38　「今日の取組」の取組別実施世帯数..... 59
図 39　「今日の取組」の取組別実施のべ回数..... 59
図 40　「今日の取組」の回答回数別世帯数割合（お買い物）..... 60
図 41　「今日の取組」の回答回数別世帯数割合（整理整頓）..... 60
図 42　「今日の取組」の回答回数別世帯数割合（食材の利用）..... 61
図 43　「今日の取組」の回答回数別世帯数割合（保存の工夫）..... 61
図 44　食品ロス削減の工夫..... 62
図 45　アンケートの実施イメージ..... 73
図 46　介入群事後アンケート１..... 74
図 47　介入群事後アンケート２..... 75
図 48　介入群事後アンケート３..... 76
図 49　介入群事後アンケート４..... 77
図 50　非介入群事後アンケート１..... 78
図 51　非介入群事後アンケート２..... 79
図 52　食品ロスについての感想..... 80
図 53　食品ロスを減らすアイデアの分類別回答数割合（介入群）..... 81
図 54　食品ロスを減らすアイデアの分類別回答数割合（非介入群）..... 82
図 55　今後に参加を希望するイベント..... 91
図 56　a.買い物に行く前に購入する食品を決めている..... 92
図 57　b.お店に行って食品を見てから買うものを決めている..... 92
図 58　c.消費期限・賞味期限が長いものを選んで買う..... 93
図 59　d.消費期限・賞味期限が近くなって割引されたものを選んで買う..... 93
図 60　e.１週間や３日分など、ある程度の日数分をまとめて買う..... 94
図 61　f.毎日のように買い物に行く..... 94

図 62　g.必ず食べきるものだけを選んで買う..... 95
図 63　h.１週間や３日分など、献立はまとめて決めている..... 95
図 64　i.冷蔵庫に何が入っているか把握している..... 96
図 65　j.まとめて買うとお得なものは、多めでも買う..... 96
図 66　k.特価品、ワゴンセールなどについ手が伸びる..... 97
図 67　l.新商品や期間限定品はすぐに買う..... 97
図 68　m.テレビ等で話題になった食べ物はすぐに買う..... 98
図 69　n.親戚や知り合いから食品をもらう（事前のみ）..... 98
図 70　n.　食品を買うときに置き場所があるかどうか考える（事後のみ）..... 99
図 71　o.親戚や知り合いに食品や料理をお裾分けする..... 99
図 72　p.フードバンクに食品を提供する..... 100
図 73　食品ロス削減に重要な上位３項目（介入群）..... 100
図 74　食品ロス削減方法（介入群）..... 101
図 75　日ごとの食品ロス量及び天候..... 119
図 76　介入群の変化率が最も低い 10 世帯が「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した取組..... 123
図 77　後半の廃棄金額が０円となった介入群 11 世帯が「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した取組..... 124
図 78　もらいものの件数別内訳..... 132
図 79　もらいものの重量別内訳..... 132

表目次

表 1　計測・記録の事例調査まとめ..... 2
表 2　削減取組事例調査まとめ..... 4
表 3　ヒアリングを行った有識者について..... 6
表 4　有識者ヒアリング（計測・記録・削減方法について）..... 8
表 5　徳島県における食品ロスの削減に資する取組概要..... 13
表 6　アンケート結果等から介入群と非介入群に分けた状況..... 16
表 7　計測・記録の説明会参加者数等..... 17
表 8　削減取組説明会の参加者数等..... 19
表 9　問合せ内容 20
表 10　有識者ヒアリング（分析・考察について）..... 20
表 11　ダイアリー集計世帯数..... 23
表 12　介入群と非介入群の世帯人数構成..... 23
表 13　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】を合計した集計結果..... 25
表 14　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】を合計した集計結果..... 26
表 15　【A購入したもの】の集計結果（飲料を含む）..... 27
表 16　【A購入したもの】の集計結果（飲料を含まない）..... 28
表 17　【B金額が不明瞭なもの】の集計結果（飲料を含む）..... 29
表 18　【B金額が不明瞭なもの】の集計結果（飲料を含まない）..... 30
表 19　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含む）..... 31
表 20　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含まない）..... 32
表 21　前半２週間から後半２週間への食品ロス量の変化率..... 33
表 22　前半２週間から後半２週間への食品ロス量の変化率（変化率が 100%以上または-100%となった世帯を除いた場合）..... 34
表 23　【A購入したもの】の食品ロス量及びその金額（飲料を含む）..... 35
表 24　【A購入したもの】の食品ロス量及びその金額（飲料を含まない）..... 36
表 25　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】１世帯あたりの捨てた回数 37
表 26　捨てたものの区分別の食品ロス量..... 38
表 27　【A購入したもの】捨てたものの区分別の金額..... 39
表 28　【A購入したもの】を買った日の区分..... 40
表 29　【B金額が不明瞭なもの】の調理した日、もらった日、収穫採集した日の区分 40
表 30　【A購入したもの】を買った日の区分別の捨てた分の購入金額..... 41
表 31　捨てた理由別の食品ロス量（飲料を含む場合）..... 42

表 32　捨てた理由別の食品ロス量（飲料を含まない場合）..... 43
表 33　【A購入したもの】を捨てた理由別の金額..... 44
表 34　モニター家庭の属性別の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含む）..... 45
表 35　モニター家庭の属性別の１人あたりの食品ロス量（飲料を含む）..... 45
表 36　モニター家庭の属性別の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含まない）..... 46
表 37　モニター家庭の属性別の１人あたりの食品ロス量（飲料を含まない）..... 46
表 38　食品ロス削減の工夫..... 62
表 39　大掃除を実施した 6 世帯の集計結果..... 72
表 40　食品ロス取組アイデア..... 83
表 41　実践したエコクッキング..... 102
表 42　食品ロスが多かった事項..... 103
表 43　削減マニュアルで役に立ったこと、改善点など..... 106
表 44　「食品・お買い物ダイアリー」について記入しづらかった点..... 109
表 45　計量に参加して大変だったこと..... 111
表 46　他都市における調査結果との比較..... 116
表 47　日ごとの食品ロス量及び天候..... 118
表 48　事後アンケートの買い物行動と変化率..... 125
表 49　【A購入したもの】１回あたりの捨てた量が重かったもの..... 127
表 50　【B金額が不明瞭なもの】１回あたりの捨てた量が重かったもの..... 128
表 51　業務打合せ内容..... 133

付録目次

① 「業務計画及び記録表」 …… 付録－1
② 「計測・記録の事例調査」 …… 付録－3
③ 「計測・記録の事例調査」（海外） …… 付録－8
④ 「削減取組の事例調査」 …… 付録－13

⑤ 「食品・お買い物ダイアリー」（前半：介入群・非介入群共通部分） …… 付録－19
⑥ 「食品・お買い物ダイアリー」（後半：介入群） …… 付録－55
⑦ 「食品・お買い物ダイアリー」（後半：非介入群） …… 付録－85

⑧ 「計測・記録説明会：次第」 …… 付録－114

⑨ 「食品お片づけ・お買い物マニュアル」 …… 付録－116
⑩ 「食品お片づけ・お買い物セミナー：次第」 …… 付録－133
⑪ 「無理なく食材使い切り！“キッチン”お片付けの仕組み作り」 …… 付録－135
⑫ 「食品廃棄物の現状と課題」 …… 付録－169

⑬ 「計測にご協力いただける～ご家庭の方へ」（事前アンケート） …… 付録－181
⑭ 「事後アンケート」（介入群） …… 付録－184
⑮ 「事後アンケート」（非介入群） …… 付録－189

１．目的

我が国の食品ロスは、年間約 621 万トンと推計され、このうち半分近く（282 万トン）は、家庭から排出されている[1]。このため、消費者の意識の向上を図るとともに、家庭において、食品ロスの削減に資する取組（以下「削減取組」という。）を実践する必要がある。

これまでの調査では、発生した生ごみをどのように減らすか（水切り等）を目的とするものが主であったが、本業務では、可食部由来の食品ロスの発生抑制に焦点を当て、徳島県のモニター家庭に対し、削減取組の指導や支援等を行い、その効果を検証することを目的とした。

２．概要

本業務では、既に実践されている他都市での食品ロス削減に関する取組みについて事例調査を行い、有識者ヒアリングを踏まえ、計測項目及び削減取組を決定した（図 1　本業務の概要（イメージ））。事例調査をもとに計測項目を記録する「食品・お買い物ダイアリー」と食品ロス削減の取組項目をまとめた「食品お片付け・お買い物マニュアル」を作成した。徳島県が選定した 109 世帯のモニター家庭に対して、「食品・お買い物ダイアリー」への記録を 4 週間依頼し、103 世帯のモニター家庭の協力が得られた。53 世帯のモニター家庭（以下、非介入群）には、4 週間の計測のみを依頼し、残る 50 世帯のモニター家庭（以下、介入群）に対しては、調査期間の 2 週目終了時に「食品お片付け・お買い物セミナー」を実施し、お片づけの専門家による講演と「食品お片付け・お買い物マニュアル」にまとめた取組を紹介した。本業務では、食品ロス量だけではなく、その金額も調査した。調理くずは計測の対象外とし、計測を行った。また、飲料も計測の対象とした。計測期間終了後、モニター家庭の実施した記録表及びアンケートを回収し集計した。集計結果にもとづき、削減取組の効果を検証し、どのような取組が削減につながるかを考察した。

業務の実施にあたっては、付録①「業務計画及び記録表」を作成し、進捗を記録した。

[1] 環境省・農林水産省「我が国の食品ロス・食品廃棄物等の利用状況等（平成 26 年度推計）」

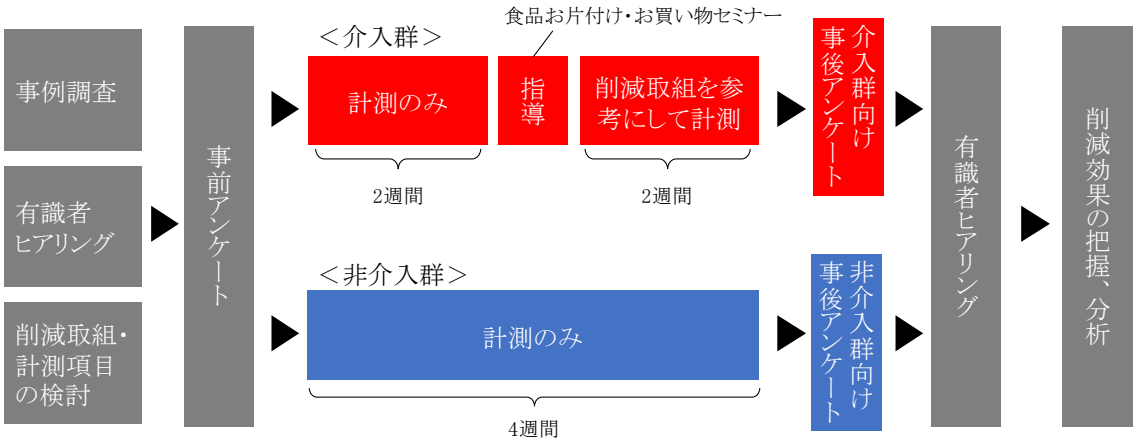


図 1　本業務の概要（イメージ）

３．業務内容

（１）調査準備

①事前調査

ア．計測・記録に関する事例調査

計測・記録項目、計測方法等の検討にあたり、家庭における食品ロス量、食品購入費などの計測・記録を行った事例をインターネットと論文検索により調査・収集し、参考資料として整理した（表 1　計測・記録の事例調査まとめ）。詳細は、付録②～③「計測・記録の事例調査」にまとめた。

表 1　計測・記録の事例調査まとめ

調査主体 調査時期	調査方法	調査結果
愛知県 平成 16 年 11 月	２週間、モニター家庭において、食品廃棄物等の量を計測した。２グループを作り、ひとつは冷蔵庫の在庫チェック、もうひとつはエコクッキングを実施し、ごみ減量に取組んだ。（食品廃棄物の定義：調理くず、賞味期限切れ、食べ残し）	全調査世帯における１人１日当たりの食料品購入量は約 1,310g で、そのうち 136g（調査第 1 週目平均）が廃棄された。冷蔵庫のチェック、エコクッキングいずれの取組によっても、1 人あたりの生ごみ廃棄量は８％減少した。60%の世帯はごみ減量に成功したが、残りの 40%は減量しなかった。
兵庫県神戸市 平成 28 年 11～12 月	１か月間、モニター家庭において、手付かず食品と食べ残しについて、その種類や量、	食べ残しは約 5g/人・日（廃棄件数 1,581 件、約 5.2 件/世帯）であった。廃棄された食品は、野菜類、ごはんの

（1）調査準備

	廃棄理由、保存方法などを日記形式で記録した。(量は目安で、件数を分析している。)	順に多い。子育て世帯（子どもあり、高齢者なし）では廃棄理由の約４割が「子どもの食べ残し」だった。
岡山県岡山市 平成 25 年 10 月（調査１回目）・12 月（調査２回目）	１週間で生ごみがどのくらい排出されるのか、当日発生したもの及び捨てようとするものすべてを対象に、１日ごとに計測した。 １回目と２回目の間に削減に関するワークショップを行っている。	１人当たりの食べ残し量は、調査１回目は 733g/週、セミナー実施後は 660g/週であった。 60 歳代以上が 37g/週、50・40 歳代が 74 g/週、30 歳代以下が 60g/週となり、60 歳代の世帯より、若い世帯の方が食べ残しの量が多かった。
群馬県高崎市 平成 25 年 11～12 月	１週間の調理・食事に排出した食材・食品の重さを各家庭で計測した。 可燃ごみとして回収する分のみを対象とした。外食、生ごみ処理機での処理などは除外した。	食材・食品生ごみの廃棄量（調理くず・食べ残し・直接廃棄量の合計）は１人１日あたり 116.6g であった。調理くずが 7 割以上を占めた。単身や 2 人世帯で多く、５人・６人世帯で少なかった。50 歳代以上で比較的多く、特に 60 歳代で多かった。60 歳代は 30・40 歳代の約２倍であった。30 歳代以下が比較的少なかった。 食べ残しについては１人１日あたり平均値 17.0g、中央値 6.8g で、０g であった人が最も多かった。 直接廃棄量については１人１日あたり平均値 12.5g、中央値 2.6g で、０g であった人が最も多く、約 7 割の世帯が 10g 以下であった。 ごみとなった食材・食品の排出量（食べ残し・直接廃棄排出量の合計）は１人１日あたり 29.5g、食べ残しが約６割、直接廃棄が約４割であった。７人以上世帯で比較的多く、５人世帯で比較的少なかった。６人世帯では食べ残しの割合が高かった。
WRAP（イギリスの公益団体）	2007 年７月、英国 2,715 世帯に訪問し、調査目的と実施内	イギリス国内の平均的な家庭では、年間 270kg（5.3kg/週）を廃棄しており、

2008 年	容、連絡先を記載した通知を手渡した。ごみを回収することも伝え、辞退も受け付けた。2,138 世帯にインタビューを実施し、数週間経ってから、ごみを回収・計測した。ごみの回収は通知後 4 週間待ってから開始した。	そのうち 170kg（61%）は「廃棄を避けられた食品廃棄物」であると推定された。世帯構成別にみれば、単身世帯においてもっとも食品廃棄量が少なく、親子が同居している世帯でもっとも多かった。金額に換算すると、イギリス国内の平均的な家庭から年間 590 ポンド分が捨てられ、そのうち 420 ポンド分（71%）（2008 年 1 月現在レートで、89,095 円）が「廃棄を避けられた食品廃棄物」であった。

イ．家庭における削減事例調査

家庭における削減取組事例をインターネットと論文検索により調査・収集し、参考資料として整理した（表 2　削減取組事例調査まとめ）。詳細は、付録④「削減取組の事例調査」にまとめた。いずれも食品ロスの削減取組方法のＰＲを行っている。

表 2　削減取組事例調査まとめ

業務主体	概要
長野県松本市	・平成 23 年に松本市から始まった 30・10 運動（※）は近隣市町村に広がった。 ・食品ロス削減にむけた啓発活動は家庭や業務者だけでなく、環境教育として小学校や幼稚園でも行われている。また、松本大学と提携し、もったいないクッキングレシピ集を作成した。 ・パンフレットの配布やテレビ放送、マスコットキャラクターを利用するなど多様な方法で、食品ロス削減の取組等を啓発。 【削減の取組】 ・毎月 10 日を「もったいないクッキングデー」、毎月 30 日を「冷蔵庫クリーンアップデー」として周知啓発している。 保育園・幼稚園、小学生向けに食べ残しに関する環境教育を実施し、園児には紙芝居、小学生にはパワーポイントを使って、食べ残しはもったいないという理解が深まるよう教育している。 （※）30・10 運動とは、宴会時における食べ残しを減らす運動のこと。乾杯の後の 30 分間とお開き前の 10 分間は自分の席について料理を楽しみ、「もったいない」を心がけようと呼びかけることで、食品ロス削減を推進する。

（1）調査準備

長野県	・専用サイト「信州ごみげんねっと」を開設し、ごみの減量や食品ロス削減に関する情報等を集約・発信している。 ・「ごみ減量日本一」を継続し、一般廃棄物１人１日当たり排出量800g以下の達成を目標としている。 【削減の取組】 ・「食べ残しを減らそう県民運動信州エコ・クッキングHANDBOOK」では、エコクッキングの手順（皮ごと丸ごと使うなど)、エコクッキングメニュー（いろいろ入れてドライカレーなど)、食材とエネルギーを無駄にしない調理方法などを紹介している。
九都県市首脳会議	・「もっと！食べきりげんまんプロジェクト」のもと、食料の無駄遣いを減らすために、食べ残しをしない約束をみんなで守ろうという取組を呼びかけている。子どもでも分かるように簡潔にやさしい言葉で書かれており、イラストや動画、漫画、歌など伝えるために様々な工夫がされている。 【削減の取組】 ・食べきり料理の実施、外食時の食べ残しをしない、買い物前に在庫をチェックすることなどを紹介している。 ・「食べきり診断」を受けられる。
大阪府豊中市	・「とよなか食品ロス・ゼロハンドブック」「とよなか食品ロス・ゼロハンドブック２」絵本「きょうのきゅうしょくなーにかな」を公開している。食品ロスの説明だけでなく、豊中市で行われているフードドライブ（※）やこども食堂、エコクッキングコンテストの紹介など多様な活動が紹介されている。 【削減の取組】 ・食材使い切りエコレシピ、買い物での工夫（食材の在庫状況のチェックなど)、レシートで期限切れを予防（レシートに賞味期限を書き込み冷蔵庫に貼るなど）などを紹介している。 （※）フードドライブとは、家庭で余っている食品を持ち寄り、広く地域の福祉団体や施設、フードバンクなどに提供する活動のこと。

福井県	・平成 18 年から食品ロス削減のために「おいしいふくい食べきり運動」を開始。飲食店、食品販売店、県民それぞれに向けて食べきり行動を呼びかけている。 ・平成 28 年には運動の全国展開に向けた自治体ネットワーク（全国おいしいたべきり運動ネットワーク協議会）を設置。参加自治体間で食品ロス削減の施策内容等を共有している。 【削減の取組】 ・各市町村の福井県連合婦人会会員から推進委員を選出（平成 28 年は約 120 名）し、食品ロスの現状を知る学習会の開催や地域イベントなどでの運動啓発、保育園での「食べきり学習会」で寸劇、ダンス等を実施。 ・飲食店にはお持ち帰りバッグの提供など 6 項目を、食品販売店には野菜のばら売りなど 5 項目を、県民には冷蔵庫の確認、30・10 運動の紹介、食べきりレシピの紹介などを呼びかけている。

ウ．有識者ヒアリング（計測・記録・削減方法について）

事例調査の後、食品ロス削減取組などに知見を持つ有識者にヒアリングを行った。ヒアリングを行った有識者及びその選定理由は、表 3　ヒアリングを行った有識者についてのとおりである。ヒアリング内容は表 4　有識者ヒアリング（計測・記録・削減方法について）のとおりである。

表 3　ヒアリングを行った有識者について

氏名	所属	選定理由及び活用
加渡いづみ 教授	四国大学 短期大学部	選定理由：ワークライフバランスやマネープランニング、キャリアデザインの視点から、個人や家庭、地域など各主体が取り組むべき課題や体系的な教育啓発方法について研究を行っている。 活用：研究者の視点からの本業務における削減取組案に関する助言、業務結果とりまとめに関する助言。
竹内真理 ライフオーガナイザー	徳島お片付けラボ	選定理由：徳島お片付けラボのメンバーとして、家庭における整理整頓の指導を行っている。 本業務での削減取組の方法として整理整頓を行う事も検討しており、具体的な取組み方法などの助言が期待できる。 活用：実践者の視点からの削減取組案に関する助言、削減取組み説明会での講演。

（1）調査準備

後藤尚弘 教授	東洋大学 情報連携学部	選定理由:名古屋大学環境学研究科と共に、循環型社会について考える参加型の市民会議に関する研究などを行っており、市民モニターと共に行う本業務でも有効な助言が期待できる。 活用：同様の業務を経験した研究者の視点からの本業務における削減取組案に関する助言、業務結果とりまとめに関する助言。 発表論文： 大藪千穂・杉原利治・後藤尚弘（2006）「家庭のごみ減量に関わる消費者の意識とその役割」，『消費者教育』，第 26 冊, pp.89-97, 日本消費者教育学会 （1回目のヒアリング時に共同研究者である大藪千穂教授を推薦し、2回目のヒアリングは辞退された。大藪教授は家族のあり方についてもアンケートをとり、どういうライフスタイルなら食品ロスが出にくいかを調べたことから、本業務の有識者としてより適任であると判断した。）
大藪千穂 教授	岐阜大学 教育学部	選定理由:後藤尚弘教授との共同研究で、減量の取り組みについて担当されていた研究者として後藤尚弘先生から推薦があった。 活用：同様の業務を経験した研究者の視点からの本業務における業務結果とりまとめに関する助言。 過去に実施した取組： ・「情報力があるかどうかによって生活が変わる」という仮説をもって、愛知県で調査を実施した。 ・削減方法としては、エコクッキングと冷蔵庫整理の２種類の取組を紹介し、効果を検証した。 ・最後に報告会（座談会）を開催した。 ・「エコクッキングガイドブック」は「主婦の友　昭和 13 年の付録」を参考にした。 ・当時の内容について記載された論文は以下のとおり。 大藪千穂・杉原利治（2010）「家庭のマテリアル・フローからみたごみ減量と消費者教育」，『消費者教育』，第 30 冊, pp.

		97-106, 日本消費者教育学会 大藪千穂・杉原利治・後藤尚弘（2006）「家庭のごみ減量に関わる消費者の意識とその役割」, 『消費者教育』, 第 26 冊, pp. 89-97, 日本消費者教育学会

表 4　有識者ヒアリング（計測・記録・削減方法について）

氏名 実施日	計測・記録・削減方法についてのヒアリング内容
加渡いづみ 12 月 21 日	【計測方法】 ・協力可能な範囲で、「計量可能な不可食部分は除く」ことを伝えるべき。 ・魚の骨は可食部か否かを検討しておく必要がある。不可食部であれば、残った際に、骨を除いて計量する必要がある。 【削減方法】 ・主婦目線で言えば、献立を先に決めて買い物すると高くつくので、よい方法ではない。 ・こまめに買い物に行くことも、別に良いことではない。まとめ買いしても上手く使えば良い。 ・アプリは面倒なので使わない。ただし、数年後には、自動で冷蔵庫の中身がわかるような技術はできるだろう。 ・何を買うかは、売り場に行って鮮度のいいものや売り出しものを見て判断するものである。 ・購買行動は献立ありきではない。 ・品質、安全性、鮮度を見定める目をもつことが重要。 ・情報を自分でどうやって利活用するかが、消費者の腕のみせどころとなる。献立を作ることと購買行動は分けて考える必要がある。献立を作るスキルが高い人ほど、ごみは出ない。 ・献立を決めて買い物へ行くと、それ以外の食材が期限切れになるリスクが伴う。 ・冷蔵庫のなかに何が入っているかを把握することは重要。 ・空腹時に加えて、腹を立てているときも、買い物をすべきではない（不要なものまで買ってしまう）。 【その他】 ・高齢者世帯や子どもについても配慮して群を調整する必要がある。
竹内真理 12 月 21 日	【削減マニュアル】 ・自分の冷蔵庫の中で、必須なもの（１軍）とそれ以外（２軍）を区別し、

	スペースを区切る。食品棚も、すごくよく使うもの、あまり使わないもの、防災系、フリースペースを分けて区切ると良い。 ・自分の食品ロスパターンを知り、自分に合った整理方法を確立することが重要。もらいものを奥にやらない。賞味期限が長いものと認識している食材に気をつける。使い慣れていない食材に注意する。 ・食材に恵まれすぎていて、感謝が足りないので、もったいないという気持ちを意識する。 ・冷凍庫、冷蔵庫をからっぽにする日を作り、食べ尽くすことができるかチャレンジしてみようと呼びかける。「食べ尽くそう」がよくて、「大掃除しよう」は捨てることを促すようなのでよくない。 【説明会について】 ・買い物するときの楽しさをそがないように気をつけてほしい。聞くだけより、書き出してもらったほうがいい。収納方法を教えるのではなく、考え方を伝えてほしい。
後藤尚弘 1月 27 日	【計測方法】 ・家庭からでる食品廃棄物について、調理くずや食べ残し、手付かず食品の廃棄、汁など分類して、わかりやすくする。 【削減マニュアル】 ・冷蔵庫チェックのアプリを使えばもっと効果が出るのではないか。 ・ネット通販を使うかどうかで、食品ロス量に差が出るのではないか。
大藪千穂 1月 25 日	【削減マニュアルについて】 ・すごく多かった人やすごく少なかった人にヒアリングすると良い。 ・意識の変化がわかるとおもしろい。 ・給食でこんなに残渣が出たということを子どもに見せただけで食べ残しが減った実験があり、データや方法だけではなく、視覚的効果などもある。 ・最近は少ないが、学校での残さない給食教育は、家庭でも影響する。 ・取り組みやすさランキングが最後にわかると良い。 ・子どもと一緒に勉強会を開催すると子どもへの学習効果もある。 ・主婦が無力感を感じないよう、家族みんなを巻き込んで取り組む。

②計測・記録、削減マニュアルの作成

ア．記録用紙、計測記録マニュアルの作成

先行事例調査及び有識者へのヒアリング内容を踏まえて、消費者庁消費者行政新未来創造オフィス（以下：徳島オフィス）と協議の上、付録⑤～⑦「食品・お買い物ダイアリー」を作成した。

（１）調査準備

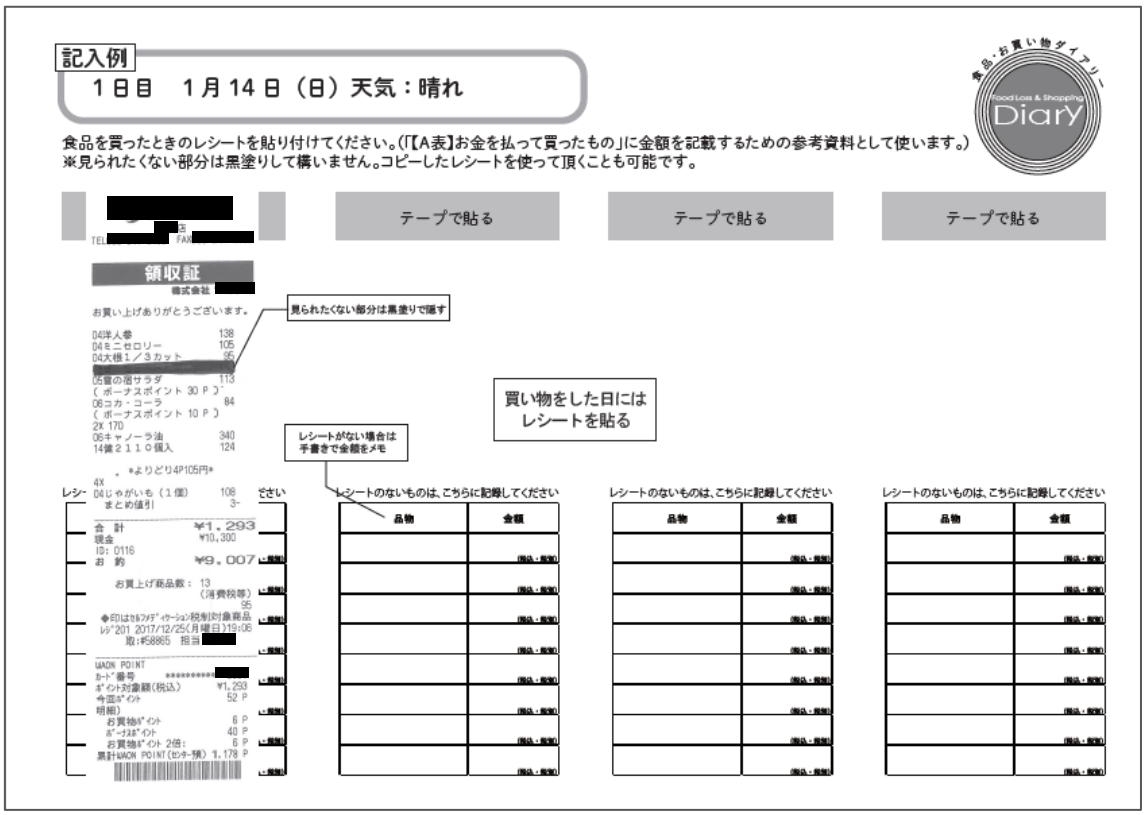
「食品・お買い物ダイアリー」の作成にあたっては、神戸市の調査表を参考に、わかりやすく、書きやすい内容となるよう心がけて作成した。具体的には、文字数を少なくし、イラストや図を多く使うことで楽しく読みきれるよう工夫した。また、記入する２つの表の項目がなるべく共通するよう作成することで、記入しやすくなるよう配慮した（図 2　食品・お買い物ダイアリー（介入群の前半２週間と非介入群の４週間用））。

ダイアリーは、１日ごとの見開きＡ３サイズとし、上部（Ａ４サイズ）には、食品を買った際のレシートを添付し金額がわかるようにした。また、レシートがない場合に備え、自分で記録できる欄も設けた。下部（Ａ４サイズ）には、「【Ａ表】お金を買ったもの」（以下：【Ａ購入したもの】）と「【Ｂ表】家で調理したもの、もらいもの、収穫採取したもの等、金額が不明瞭なもの」（以下：【Ｂ金額が不明瞭なもの】）の２種類の表を設け、廃棄される食品名や重さ、金額、入手した時期、廃棄理由などを記録できるようにした。食品の区分については、【Ａ購入したもの】では「生鮮食品」、「加工食品」、「お惣菜・テイクアウト品」、「その他」、【Ｂ金額が不明瞭なもの】では「家で調理したもの」、「もらいもの」、「収穫採取したもの」、「その他」のいずれかを選択するようにした。【Ａ購入したもの】では、買った時期について、「１週間以内」、「２週間以内」、「15 日以上前」のいずれかを、【Ｂ金額が不明瞭なもの】では、調理した日、もらった日、収穫採取した日について「１週間以内」、「２週間以内」、「15 日以上前」のいずれかを選択するようにした。捨てた理由については、【Ａ購入したもの】・【Ｂ金額が不明瞭なもの】共通で「食べ残した」、「消費期限切れ」、「賞味期限切れ」、「傷んでいた」、「おいしくない」、「その他」のいずれか１つを選択するようにした。【Ａ購入したもの】では、捨てたものの金額について把握するため、「a. 購入金額」の記入欄、「b. 税込／税別」の選択欄、「c. 捨てる割合」の記入欄、「d. 捨てた分相当の金額（a×c）」の記入欄を作成した。【Ｂ金額が不明瞭なもの】では、「未開封・手つかずで捨てた」欄を作成し、該当する場合には○印をつけるようにした。【Ａ購入したもの】での「未開封・手つかずで捨てた」については、「c. 捨てる割合」の記入欄があるため不要と判断した。

また、【今日のメモ】と題する「食品ロスにつながる要因の記録欄」を作成し、外食や来客、病気など、非日常的な食品ロスの発生理由について記載できるようにした。

介入群に配布する「食品・お買い物ダイアリー」の後半２週間分は、前半２週間分の内容に加え、「今日の取組（今日行った取組にチェック）」欄と「【ポイントメモ】今日の取組で気がついた点やよくできた点を記載してください。」欄を追記した。

（１）調査準備



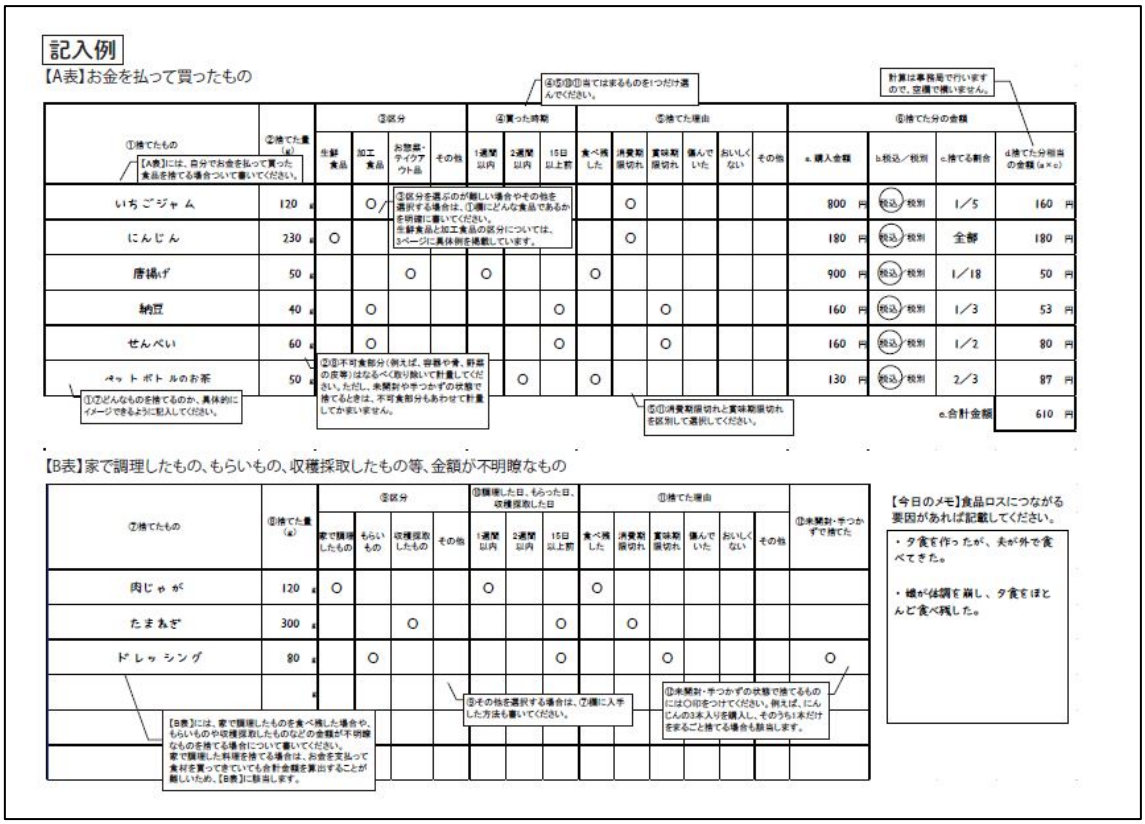


図 2　食品・お買い物ダイアリー（介入群の前半２週間と非介入群の４週間用）

（1）調査準備

イ．削減マニュアルの作成

我が国では家庭から年間約 282 万トンの食品ロスが排出されており、これを削減するためには、家庭において、無駄な買い物をしない、冷蔵庫に入っている食材を把握してから買い物をするなど、食品ロスの予防に配慮した消費行動を促すことが必要である。先行事例と有識者ヒアリングを踏まえて、徳島オフィスと、削減マニュアルの構成及び内容について協議した。行動変容に結びつく内容にすることなどの意見を取り入れた。削減取組の事例などを整理し、体系化を行い、

1）お買い物～必要な分だけ買う～

2）保存～うまく保存して、期間をのばす。栄養を保持させる～

3）整理整頓～冷蔵庫や台所の食材を整理してみよう～

4）エコクッキング～ECO+cooking で食材の無駄をなくそう～

の４つの取組に大別しまとめることとした。その他に、

1）食品ロス関連情報「フードバンク」

2）食品ロス関連情報参考文献など

3）もったいない“Mottainai”は日本の文化の情報

を掲載した「食品お片づけ・お買い物マニュアル」を作成した（図 3　食品お片づけ・お買い物マニュアルの１ページ)。イラストなどを多く用いて、親しみやすく工夫を行った。

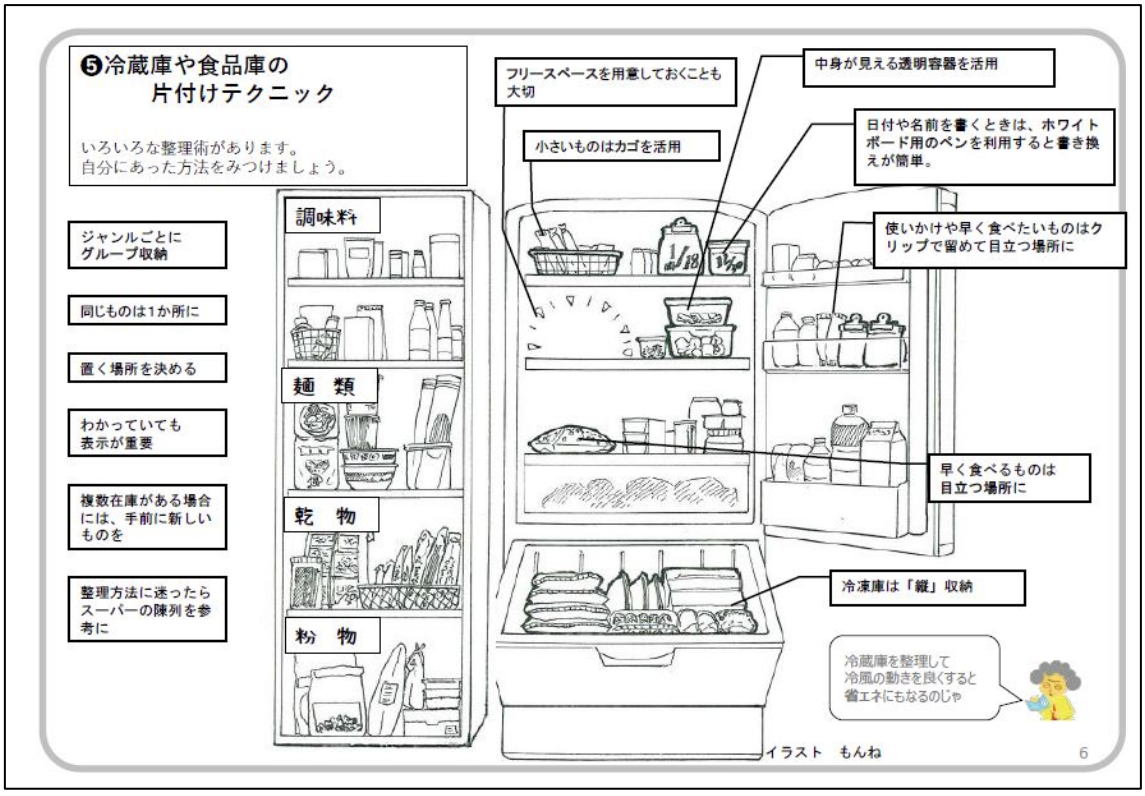


図 3　食品お片づけ・お買い物マニュアルの１ページ
（冷蔵庫や食品庫のお片づけテクニック）

特に、「１）お買い物～必要な分だけ買う～」では、加渡いづみ教授の意見を反映し、単なる抑制ではなく、食品ロスを意識した買い物が苦痛にならず、楽しめるような形での作成に心がけた。「３）整理整頓～冷蔵庫や台所の食材を整理してみよう～」では、竹内真理先生の意見を反映し、整理方法を押しつけるのではなく、自分に合った整理方法を自発的に選択できるような形にまとめた。また、大藪千穂教授の意見を反映し、家族を巻き込み楽しめるよう、内容の精査とデザインに配慮した。

（２）モニター家庭に対する指導等の実施

本業務について、表 5　徳島県における食品ロスの削減に資する取組概要にまとめた。

表 5　徳島県における食品ロスの削減に資する取組概要

調査名	徳島県における食品ロスの削減に資する取組の実証業務
調査対象者	対象者：109 世帯　有効回答数：103 世帯
調査時期	平成 30 年１月 14 日（日）～２月 10 日（土）
調査方法	調査期間中、家庭から出る食品ロス量等を計測・記録する。半数のモニター家庭は計測・記録のみを実施する。もう半数のモニター家庭は初めに計測・記録を実施し、２週間経過後、食品ロス削減のための取組について説明を聞き、その取組を実践しながら計測・記録を継続する。

①モニター家庭の選定と介入群・非介入群分け

本調査のモニター家庭は、課題発見型の調査とするため、若い方の行動が固定されておらず、行動の変化についても現れやすいと推測される中学生以下の子どものいる家庭とした。

徳島県が選定したモニター家庭に対して、事前アンケート調査（図 4　事前アンケート１及び図 5　事前アンケート２）を行った。

（２）モニター家庭に対する指導等の実施

ご家庭の情報

F1.代表者(申込者) ご記入いただいた内容の確認・謝礼の送付に使用させていただきます

a.ふりがな	
b.氏　名	
c.住　所	〒
d.連絡先	ご自宅
	携帯電話

F2.世帯構成 同一世帯のご家族全員分(申込者を含む)をご記入ください

	性　別	年　齢	主な職業	
a.	1.男 / 2.女			
b.	1.男 / 2.女			
c.	1.男 / 2.女			
d.	1.男 / 2.女			
e.	1.男 / 2.女			
f.	1.男 / 2.女			

主に食料の買い物・食事作りをする人に○を付けてください。

2018年1月1日時点での満年齢をご記入ください

以下の職業リストから番号を１つご記入ください

F3.お住まいの状況を教えてください あてはまる番号全てに○をつけてください

a.可燃ゴミ収集は何曜日ですか？	1.月 2.火 3.水 4.木 5.金 6.土
b.ゴミ袋は有料ですか？	1. 有料　2. 無料
c.住居形態は？	1. 戸建て　2. 集合住宅
d.家計簿をつけていますか？	1. つけている　2.つけていない
e.生ゴミ処理機を持っていますか？	1. 持っている　2. 持っていない
f.家で野菜を育てていますか？	1. 育てている　2. 育てていない

職業リスト

①会社員　②公務員　③自営業・自由業
④団体職員（役員等を含む）
⑤パート・アルバイト　⑥専業主婦・主夫
⑦非常勤・嘱託・派遣　⑧大学生・専門学校生
⑨高校生　⑩中学生　⑪小学生
⑫未就学児（小学生未満）　⑬無職

調査に必要な風袋引きのできるハカリは
各ご家庭につき１台、ご提供いたします。

写真はイメージです

＜風袋とは＞
はかりで物の重さを量るとき、それを入れてある容器・袋・箱など。

Q1.　言葉とその意味を線で結んでみましょう。

a. 消費期限	1. 品質の劣化が早い食品に表示されている食べても安全な期限
b. フードバンク	2. 品質の劣化が比較的遅い食品に表示されているおいしく食べられる期限
c. 30・10	3. 宴会の席での食べ残しを減らすための運動
d. 賞味期限	4. 余っている食品を食べ物が必要な施設や人に届ける活動

Q2.　あなたのご家庭で、食べ残しや調理の際に食べられる部分を捨てたり、冷蔵庫などに入れたまま期限を超えた食品など、1ヶ月間あたりに捨てる食品を全て合わせると、いくらぐらいの金額になると思いますか？「このくらいかな・・」と思う金額を1つ選んで番号に○をつけてください。

1.　500円未満　2.　500円～1千円未満　3.　1千円～2千円未満　4.　2千円～3千円未満
5.　3千円～4千円未満　6.　4千円～5千円未満　7.　5千円以上

図 4　事前アンケート１

（２）モニター家庭に対する指導等の実施

Q3. あなたはふだん、買い物のときにどのようにしていますか。a)～p)それぞれについて、
もっともあてはまるもの（5～1）に○をつけてください。

a. 買い物に行く前に購入する食品を決めている。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
b. お店に行って食品を見てから買うものを決めている。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
c. 消費期限・賞味期限が長いものを選んで買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
d. 消費期限・賞味期限が近くなって割引されたものを選んで買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
e. １週間や3日分など、ある程度の日数分をまとめて買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
f. 毎日のように買い物に行く。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
g. 必ず食べきるものだけを選んで買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
h. １週間や3日分など、献立はまとめて決めている。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
i. 冷蔵庫に何が入っているか把握している。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
j. まとめて買うとお得なものは、多めでも買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
k. 特価品、ワゴンセールなどについ手が伸びる。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
l. 新商品や期間限定品はすぐに買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
m. テレビ等で話題になった食べ物はすぐに買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
n. 親戚や知り合いから食品をもらう。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
o. 親戚や知り合いに食品や料理をお裾分けする。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
p. フードバンクに食品を提供する。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない

Q4. 食材の保存方法について、正しいと思うものにすべて○をつけてください。

- □ 1. 冷凍すると栄養価がアップする食材は「アサリ」である。
- □ 2. 生卵を冷蔵庫に入れる時は丸いおしりの方を下にして置く。
- □ 3. じゃがいもは常温よりも冷蔵庫に入れると鮮度が長持ちする。
- □ 4. お刺身を夜に食べるために、鮮度を最大限維持したい時に使うのはチルド室である。
- □ 5. ひき肉を三日後に調理する予定であればパーシャル室で保存する。
- □ 6. もやしを1週間持たせたい時は、保存容器で水にひたして冷蔵庫に入れる。
- □ 7. レタスは芯を手でもぎとって、ラップで包み芯を下にして野菜室で保存する。
- □ 8. 豆腐やこんにゃくも冷凍保存ができる。解凍するとお肉みたいな食感になる。

図 5　事前アンケート２

（2）モニター家庭に対する指導等の実施

介入群、非介入群の群分けにあたっては、買い物行動が食品ロスを発生させる要因のひとつとなっており、買い物行動が類似している世帯を分けるため、アンケートのQ3の設問a.（買い物に行く前に購入する食品を決めている。）、設問i.（冷蔵庫に何が入っているか把握している。）、設問k.（特価品、ワゴンセールなどについ手が伸びる。）についての回答に応じて、0～4点を加算し、点数の分布が介入群・非介入群で同様になるように二分した（表6　アンケート結果等から介入群と非介入群に分けた状況）。ただし、3世代世帯である13世帯については、得点にも配慮しつつ、2群に同数世帯が含まれるように考慮した。さらに、地域的に第2回目のセミナーに参加しにくい9世帯を非介入群とした。また、事前アンケート未提出や介入群のための「削減取組の説明会」の案内発送期限までにアンケートの提出のなかった8世帯は非介入群とした。こうしたことから、介入群54世帯、非介入群55世帯で調査を開始した。

表6　アンケート結果等から介入群と非介入群に分けた状況

「Q3　a.i.k.」3問の得点分布		選抜結果		選抜時考慮		3世代世帯	
得点	世帯数	介入群の世帯数	非介入群の世帯数	遠方のため非介入群	3世代世帯	介入	非介入
12点	2	1	1				
11点	2	1	1				
10点	9	5	4	2			
9点	12	6	6	1	3	2	1
8点	27	14	13	4	2	1	1
7点	20	11	9	2	5	2	3
6点	10	6	4		2	1	1
5点	12	6	6		1	1	
4点	5	3	2				
3点	2	1	1				
2点	0	0	0				
1点	1	1	0				
合計（世帯）	102	55	47	9	13	7	6
事前アンケート未提出や介入群のための「削減取組の説明会」の案内発送期限までにアンケートの提出のなかった世帯		0	8				
開始前辞退		−1					
開始時のモニター家庭	109	54	55				
未回収・回収したが、データ欠損		−3	−3				
介入群だったが、セミナーなどに参加せず、非介入群のダイアリーで提出		−1	1				
最終の合計	103	50	53				

②食品ロス量等の計測・記録の説明会

モニター家庭に「食品・お買い物ダイアリー」の計測・記録を実施してもらうため、計測・記録の説明会を開催した。参加者の多くが現役世代の家族であることを考慮し、説明会は金曜日と土曜日の2回、同じ内容で開催した。なお、一部遠方の参加者は徳島県庁のテレビ会議システムを使いリモート環境で参加した。欠席者フォローのために説明会当日の様子を録画し、YouTubeで関係者限定公開した。なお、この動画の再生回数は50回であった。

（２）モニター家庭に対する指導等の実施

説明会参加者には、計測機器（はかり）と「食品・お買い物ダイアリー」を配布した。参加状況は表 7　計測・記録の説明会参加者数等のとおりである。遠方の参加者及び欠席者には当日の配付資料を郵送にて配布した。

計測・記録の説明会では、

１）消費者庁からの挨拶（調査目的の説明）

２）計測についての説明（全体の流れ、計測方法、問合せ窓口、提出方法）

３）質疑応答

を行った。

表 7　計測・記録の説明会参加者数等

日程	場所	参加者数
平成 30 年 1 月 12 日（金）	徳島県庁 11 階講堂	75 名 （うちテレビ会議 9 名）
平成 30 年 1 月 13 日（土）	エコみらいとくしま	19 名

計測・記録の説明会の様子

③削減取組の説明会

計測・記録開始２週間が終了し、３週目が始める直前に「食品お片付け・お買い物マニュアル」の説明をするため、介入群のみに対して、「食品お片付け・お買い物セミナー」を開催した。「食品お片付け・お買い物セミナー」は、計測・記録の説明会と同様、同じ内容のセミナーを２日間行った。参加者数は、表 8　削減取組説明会の参加人数等のとおりである。また、欠席者には、当日の資料の配布と、説明会当日の様子を録画し YouTube での配信を行った。なお、この動画の再生回数は 11 回であった。説明会への出席者数と再生回数

を足しても最低５名は説明を聞いていないことを留意する必要がある。

どのようにすれば食品ロスの発生を抑制できるかに焦点をあて構成し、食品ロス削減の技術の説明だけではなく、心情にも訴えかけるセミナーとした。

セミナーでは、

１）挨拶

２）食品廃棄物の現状と課題

・世界・日本の食品ロスと食料援助量、日本にもある貧困など。

３）講演「無理なく食材使い切り！“キッチン”お片付けの仕組み作り」

講師：徳島お片付けラボ 竹内真理 先生

４）「食品お片付け・お買い物マニュアル」の説明

・お買い物～必要な分だけ買う～

・保存～うまく保存して、期間をのばす。栄養を保持させる～

・整理整頓～冷蔵庫や台所の食材を整理してみよう～

・エコクッキング～ECO+cooking で食材の無駄をなくそう～

・食品ロス関連情報フードバンク

・食品ロス関連情報参考

・もったいない“Mottainai”は日本の文化（大地や作った人、食べ物に関する感謝）

という流れで実施した。

講演では、ライフオーガナイズの考え方を用いて、整理や必要な食材の取捨選択について説明が行われた。その中で、自分が実施すべき食品ロス取組項目の宣言を記載する時間が設けられた。なお、その記録は、ダイアリーと同時に提出することとした。

賞味期限と消費期限について違いを解説し、賞味期限が切れたからといってすぐに食べられなくなるというわけではないことを周知した上で、「食品お片付け・お買い物マニュアル」をもとに食品ロス削減の方法について説明を行った。

セミナーの参加者には、「食品・お買い物ダイアリー」の後半２週間分（図 6　「食品・お買い物ダイアリー」の後半２週間分用）と事後アンケート（付録⑭「事後アンケート」（介入群用））を配布した。

また、講演「無理なく食材使い切り！“キッチン”お片付けの仕組み作り」では、家に今ある食材を全部出して、必要なものと不要なものを見直す方法が紹介されたことから、大掃除をする世帯がでることが予想された。「食品・お買い物ダイアリー」に大掃除での家庭内での食品の溜め込み分の大量廃棄分が入ると、前半２週間と後半２週間の削減量の比較に影響がでることから、大掃除をしたモニターには、大掃除用の調査票を配布した。ただし、調査票への記入は任意とした。

（２）モニター家庭に対する指導等の実施

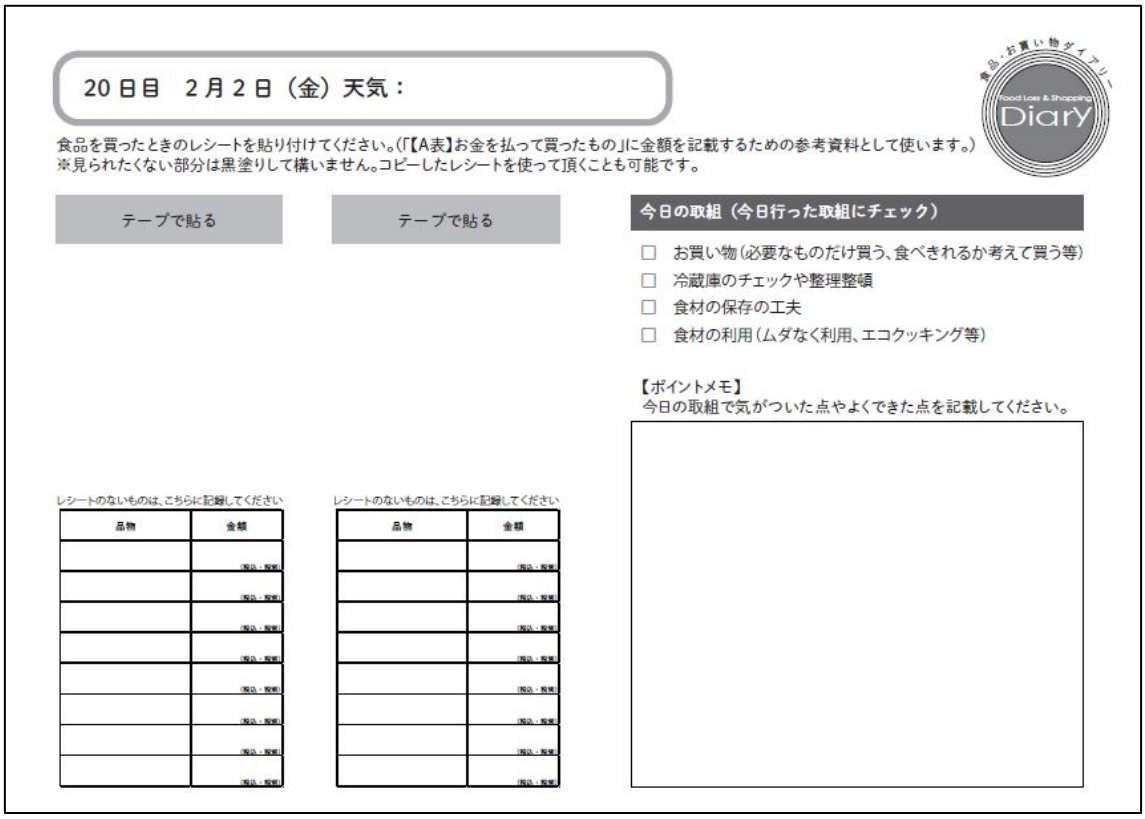


図 6　「食品・お買い物ダイアリー」の後半２週間分用

表 8　削減取組説明会の参加者数等

日程	場所	参加者数
平成 30 年 1 月 26 日（金）	徳島県職員会館第 1 会議室	30 名
平成 30 年 1 月 27 日（土）	エコみらいとくしま	5 名

削減取組説明会の様子

④問合せ対応

モニター家庭における計測・記録実施期間は、電話、LINE、e メールによる問合せに対応できる体制とした。

問合せは、計測開始から３日目の１月 16 日に１件のみあった。問合せ内容と回答は表 9 問合せ内容のとおりである。

表 9　問合せ内容

質問：お茶っぱで沸かしたお茶の飲み残しの金額はどのように計算したらいいですか？ 回答：お茶っぱで沸かしたお茶は、調理とみなして、下のＢ表に記入してください。したがって、金額は把握しなくていいです。

（３）削減取組の効果の把握・分析

①有識者ヒアリング（分析・考察について）

単純集計の後、集計結果を持参し、有識者にヒアリングを行った。結果は、表 10　有識者ヒアリング（分析・考察について）のとおりである。有識者の指導内容をうけ、介入群・非介入群の前半２週間と後半２週間の比較を、重さと値段だけではなく、回数や入手時期、捨てた理由についても行うこととし、自由記述内容についても分析することとした。

表 10　有識者ヒアリング（分析・考察について）

氏名 実施日	分析・考察についてのヒアリング内容
加渡いづみ ３月７日	・群ごと週ごとに分布を見るが、サンプル数が少ないため、難しい場合もある。 ・n が少ないため、できるかわからないが、何が捨てられているか、例えば、野菜の中で何が捨てられているか、分析する余地がある。但し季節性がある。 ・今年は野菜が高かったので、一般化できない可能性はある。 ・お刺身、焼き鳥は、調査票の③区分で加工食品にしているか、お総菜にしているか、集計前に注意する必要がある。 ・重さ、割合、購入額以外に件数も集計する価値がある。重さであれば、どうしても重い物が目立ち、捨てられやすい物とは評価できない。 ・料理の腕を上げることが重要であり、廃棄量と事後アンケートでの取組項目の関係を結びつけるのは難しい。 ・今回の結果は重要であり、できるだけ簡単なパンフレットを作って広報するべき。特に徳島県内やモニターに対して発表会をするべき。 ・事前、事後アンケートの行動の質問の部分は、良いか悪いか、明確では

（３）削減取組の効果の把握・分析

	ないので、分析に使う際には注意が必要。例えば、「a.買い物に行く前に料理する食品を決める」「c.消費期限、賞味期限の長いものを選んで買う」「f.毎日のように買い物に行く」などは、食品ロス削減行動と一致するとは思えない。評価するならば「g.必ず食べきれるものだけを選んで買う」「i.冷蔵庫に何が入っているか把握している」「n.食品を買うときに置き場所があるかどうか考える」が適切だろう。 ・買い物回数を減らすことは食品ロスの削減行動と一概には言えない。また、それは証明されていないので、ライフスタイルとの関係が多く寄与するため、買い物回数を評価すべきではない。
竹内真理 ３月８日	・大掃除をした人の意識の変化は見たいが、サンプル数が少ないので、一般化は難しい。ヒアリングなどできると良かった。 ・参加者に結果を発表するべき。 ・取組項目は自分で選ぶことが大切なので、アンケートやコメントなどから、取組を抽出できるとよい。 ・非介入群で減ったという結果が良かった。 ・単に、ロスを減らそうというＰＲよりも、意識を変化させるＰＲが重要。
大藪千穂 ３月６日	・介入群、非介入群の前半は、食品ロスの一般的なデータに近いと言っても良いが、n が少ない。 ・n が少ないため、クロス分析などは難しいこともある。 ・人数などを考慮して、パーセントなどで削減量などを見るべき。 ・重さ、値段の集計をそれぞれの選択項目で集計するべき。 ・多く減った人のアンケートを分析し、どのような行動で減ったかを分析する。例えば、事後アンケートの「（７）削減方法について次の項目のうち該当するものに○を付けてください。」やダイアリーの中のメモから起こす。 ・群だけでなく、全員の合計から①捨てたものの種類、②捨てた重さ③区分④買った時期⑤捨てた理由⑥捨てた金額⑦捨てたものの種類⑧捨てた量⑨区分⑩調理した日、もらった日、収穫採取した日⑪捨てた理由⑫未開封・手つかずなどの集計をする。 ・上記の分析の一部は、介入群、非介入群での比較ができるかもしれない。 ・子どもも年齢区切りで比較ができる可能性はある。 ・介入群、非介入群もしくは１週目と４週目などの分布は作ってもよい。 ・自由記述からキーワードを拾って整理することもできる。自由記述の中から、「気づき（現状把握：感想、これからもやっていこうと思った。）」「なやみ（価値の内面化：効果があるんだろうか？反省）」「行動変化（自

	己創造：こうする。)」などの３段階で群をつくることも可能。 ・自由記述からアイデアを今回のマニュアルの「お買い物」「保存」「整理整頓」「エコクッキング」で分類し整理する。 ・参加者を含めた発表会を是非して欲しい。 ・一番減った人にヒアリングするとアンケートなどでは出てこないものが抽出できる。 ・専業主婦の有無や、農家（自家栽培を含む）か非農家なども最初の情報にあれば、分析ができた。 ・未開封量を調べ、どんな食材が未開封かを分析する。 ・前半、後半ではなく、１週２週３週４週でやってもよい。

②ダイアリーの集計結果

介入群 54 世帯、非介入群 55 世帯にモニターを依頼し調査を開始したが、未提出世帯・データ欠損世帯が６世帯あった。その他に、介入群であったが、削減取組説明会「食品お片付け・お買い物セミナー」に参加せず、非介入群用のダイアリーで回答をしてきた世帯が１世帯あり、その世帯を非介入群として取り扱ったことから、最終的に介入群 50 世帯、非介入群 53 世帯で集計をすることになった（表 11　ダイアリー集計世帯数)。モニター家庭の世帯構成人数は３人から８人で、３人世帯（33 世帯)、４人世帯（47 世帯)、５人世帯（14 世帯）が全体の９割以上を占めている（表 12　介入群と非介入群の世帯人数構成)。参加者の年齢は０歳から 89 歳まで及んだ（図 7　参加者の年齢)。

協力した全世帯が４週間で捨てた食品ロス量は合計で 283,742.6g であった。そのうち介入群（50 世帯）からは 138,987.5g、非介入群（53 世帯）からは 144,755.1g が捨てられた。これらについて、「食品ロスダイアリー」では【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】に分けて記録された。他都市における事例調査で過去の事例を調べたところ、飲料を計測対象としていなかったが、本業務では実態を調べるため飲料を計測対象とし、過去の調査と比較考察するために飲料を除く結果もあわせて示す。それぞれの捨てた量や回数、金額、食品の区分、買った日、捨てた理由について、飲料を含む場合と飲料を含まない場合に分けて、表 13 から表 18 に示す。

なお、集計結果の値はすべて四捨五入で示す。

（3）削減取組の効果の把握・分析

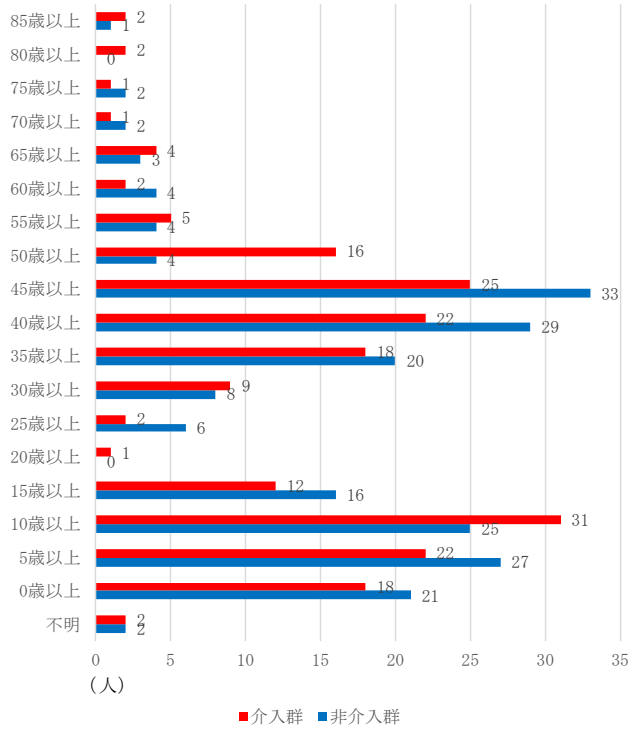
表 11　ダイアリー集計世帯数

開始時のモニター家庭	109	54	55
未回収・回収したが、データ欠損		−3	−3
介入群だったが、セミナーなどに参加せず、非介入群のダイアリーで提出		−1	1
最終の合計	103	50	53

表 12　介入群と非介入群の世帯人数構成

属性		全世帯	介入群	非介入群
		世帯数	世帯数	世帯数
3人世帯	合計	33	20	13
	未就学児あり	14	7	7
	未就学児なし	19	13	6
4人世帯	合計	47	20	27
	未就学児あり	19	8	11
	未就学児なし	28	12	16
5人世帯	合計	14	6	8
	未就学児あり	8	4	4
	未就学児なし	6	2	4
6人世帯	合計	5	3	2
	未就学児あり	2	0	2
	未就学児なし	3	3	0
7人世帯	合計	1	1	0
	未就学児あり	1	1	0
	未就学児なし	0	0	0
8人世帯	合計	1	0	1
	未就学児あり	0	0	0
	未就学児なし	1	0	1
世帯人数不明		2	0	2
合計		103	50	53

（３）削減取組の効果の把握・分析



介入群：n=195 非介入群：n=207

（世帯人数不明の２世帯は含まれていない。４名は年齢が記載されていないため不明とした。）

図 7　参加者の年齢

（3）削減取組の効果の把握・分析

表 13　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】を合計した集計結果
（飲料を含む）

対象群	対象期間	単位	捨てた量・回数	買った日、調理した日、もらった日、収穫採集した日				捨てた理由						
				1週間以内	2週間以内	15日以上前	無回答	食べ残した	消費期限切れ	賞味期限切れ	傷んでいた	おいしくない	その他	無回答
介入群・非介入群	4週間	g/世帯	2,754.8	1,602.8	241.5	693.4	217.1	1,576.5	141.8	151.1	628.1	80.2	56.6	120.5
		回/世帯	21.7	14.1	1.8	3.3	2.4	14.0	0.9	1.2	3.3	0.7	0.7	0.9
	前半2週間	g/世帯	1,582.7	873.0	140.8	447.0	121.9	861.4	75.7	84.9	414.3	42.9	44.9	58.5
		回/世帯	12.2	7.7	1.0	2.0	1.4	7.7	0.5	0.6	2.0	0.3	0.5	0.5
	後半2週間	g/世帯	1,172.1	729.8	100.7	246.4	95.3	715.1	66.1	66.2	213.7	37.3	11.7	62.0
		回/世帯	9.6	6.4	0.8	1.4	1.0	6.3	0.4	0.5	1.3	0.4	0.3	0.4
	1日あたり	g/世帯	98.4	57.2	8.6	24.8	7.8	56.3	5.1	5.4	22.4	2.9	2.0	4.3
		回/世帯	0.8	0.5	0.1	0.1	0.1	0.5	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	25.2	14.7	2.2	6.3	2.0	14.4	1.3	1.4	5.7	0.7	0.5	1.1
		回/人	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
介入群のみ	4週間	g/世帯	2,779.8	1,612.6	218.9	734.7	213.6	1,483.0	151.8	121.4	702.0	82.1	74.3	165.1
		回/世帯	22.1	15.2	1.6	3.5	1.8	14.0	0.9	1.1	3.3	0.7	1.1	0.9
	前半2週間	g/世帯	1,638.7	891.0	151.6	497.5	98.6	820.0	96.4	69.7	484.5	40.1	54.8	73.3
		回/世帯	12.8	8.6	1.0	2.1	1.0	8.1	0.6	0.6	2.1	0.3	0.6	0.5
	後半2週間	g/世帯	1,141.1	721.5	67.3	237.3	115.0	663.0	55.5	51.7	217.6	42.1	19.5	91.8
		回/世帯	9.3	6.6	0.6	1.4	0.7	5.9	0.4	0.5	1.2	0.4	0.5	0.4
	1日あたり	g/世帯	99.3	57.6	7.8	26.2	7.6	53.0	5.4	4.3	25.1	2.9	2.7	5.9
		回/世帯	0.8	0.5	0.1	0.1	0.1	0.5	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	25.5	14.8	2.0	6.7	2.0	13.6	1.4	1.1	6.4	0.8	0.7	1.5
		回/人	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
非介入群のみ	4週間	g/世帯	2,731.2	1,593.6	262.8	654.3	220.5	1,664.7	132.2	179.2	558.3	78.4	39.9	78.5
		回/世帯	21.4	13.1	2.0	3.2	3.1	13.9	1.0	1.2	3.3	0.7	0.4	0.9
	前半2週間	g/世帯	1,529.8	856.0	130.6	399.3	143.9	900.5	56.2	99.3	348.2	45.6	35.5	44.5
		回/世帯	11.6	6.8	1.1	1.9	1.8	7.3	0.5	0.7	1.9	0.4	0.4	0.6
	後半2週間	g/世帯	1,201.4	737.5	132.3	255.0	76.6	764.2	76.0	79.9	210.1	32.9	4.4	34.0
		回/世帯	9.8	6.3	1.0	1.3	1.2	6.6	0.5	0.5	1.4	0.4	0.1	0.3
	1日あたり	g/世帯	97.5	56.9	9.4	23.4	7.9	59.5	4.7	6.4	19.9	2.8	1.4	2.8
		回/世帯	0.8	0.5	0.1	0.1	0.1	0.5	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	25.0	14.6	2.4	6.0	2.0	15.2	1.2	1.6	5.1	0.7	0.4	0.7
		回/人	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

（3）削減取組の効果の把握・分析

表 14　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】を合計した集計結果
（飲料を含まない）

対象群	対象期間	単位	捨てた量・回数	買った日、調理した日、もらった日、収穫採集した日				捨てた理由						
				1週間以内	2週間以内	15日以上前	無回答	食べ残した	消費期限切れ	賞味期限切れ	傷んでいた	おいしくない	その他	無回答
介入群・非介入群	4週間	g/世帯	1,837.7	892.8	188.2	587.1	169.6	766.5	108.5	121.7	627.8	69.7	49.6	94.1
		回/世帯	16.5	10.0	1.5	3.0	1.9	9.3	0.9	1.0	3.3	0.7	0.7	0.7
	前半2週間	g/世帯	1,093.4	504.4	114.3	381.3	93.4	429.7	59.7	70.7	414.3	38.0	37.9	43.0
		回/世帯	9.4	5.6	0.9	1.8	1.2	5.2	0.5	0.6	2.0	0.3	0.4	0.4
	後半2週間	g/世帯	744.4	388.5	73.9	205.8	76.2	336.7	48.8	51.0	213.4	31.7	11.7	51.1
		回/世帯	7.1	4.4	0.7	1.2	0.8	4.0	0.4	0.4	1.3	0.4	0.3	0.3
	1日あたり	g/世帯	65.6	31.9	6.7	21.0	6.1	27.4	3.9	4.3	22.4	2.5	1.8	3.4
		回/世帯	0.6	0.4	0.1	0.1	0.1	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	16.8	8.2	1.7	5.4	1.6	7.0	1.0	1.1	5.7	0.6	0.5	0.9
		回/人	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
介入群のみ	4週間	g/世帯	1,893.5	909.8	171.5	627.1	185.1	710.4	108.1	111.6	701.4	80.0	63.9	118.1
		回/世帯	16.3	10.3	1.4	3.1	1.4	8.8	0.9	1.0	3.3	0.7	0.9	0.7
	前半2週間	g/世帯	1,182.0	540.7	128.1	432.5	80.7	431.0	72.6	62.0	484.5	38.6	44.5	48.9
		回/世帯	9.6	6.0	0.9	1.8	0.8	5.3	0.5	0.5	2.1	0.3	0.5	0.4
	後半2週間	g/世帯	711.5	369.1	43.4	194.6	104.4	279.4	35.5	49.6	217.0	41.5	19.4	69.2
		回/世帯	6.7	4.3	0.5	1.3	0.6	3.5	0.3	0.5	1.2	0.4	0.5	0.3
	1日あたり	g/世帯	67.6	32.5	6.1	22.4	6.6	25.4	3.9	4.0	25.1	2.9	2.3	4.2
		回/世帯	0.6	0.4	0.1	0.1	0.1	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	17.3	8.3	1.6	5.7	1.7	6.5	1.0	1.0	6.4	0.7	0.6	1.1
		回/人	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
非介入群のみ	4週間	g/世帯	1,785.1	876.8	204.0	549.4	155.0	819.3	109.0	131.2	558.3	59.9	36.1	71.4
		回/世帯	16.7	9.7	1.7	2.9	2.4	9.7	0.8	1.0	3.3	0.6	0.4	0.8
	前半2週間	g/世帯	1,009.8	470.1	101.3	333.0	105.4	428.6	47.5	78.9	348.2	37.4	31.8	37.4
		回/世帯	9.2	5.2	0.8	1.7	1.5	5.2	0.4	0.6	1.9	0.3	0.3	0.5
	後半2週間	g/世帯	775.3	406.7	102.7	216.4	49.6	390.8	61.4	52.2	210.1	22.5	4.4	34.0
		回/世帯	7.5	4.5	0.8	1.2	0.9	4.5	0.5	0.4	1.4	0.3	0.1	0.3
	1日あたり	g/世帯	63.8	31.3	7.3	19.6	5.5	29.3	3.9	4.7	19.9	2.1	1.3	2.5
		回/世帯	0.6	0.3	0.1	0.1	0.1	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	16.3	8.0	1.9	5.0	1.4	7.5	1.0	1.2	5.1	0.5	0.3	0.7
		回/人	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

（３）削減取組の効果の把握・分析

表 15　【A購入したもの】の集計結果（飲料を含む）

対象群	対象期間	単位	捨てた量・金額・回数	捨てたものの区分					買った日				捨てた理由						
				生鮮食品	加工食品	お惣菜・デイケアアト品	飲料	その他	1週間以内	2週間以内	15日以上前	無回答	食べ残した	消費期限切れ	賞味期限切れ	傷んでいた	おいしくない	その他	無回答
介入群・非介入群	4週間	g/世帯	661.9	210.2	189.2	30.2	224.0	8.3	223.1	126.1	258.5	54.2	214.3	96.5	109.2	153.9	27.2	17.1	43.6
		円/世帯	400.5	120.4	189.8	32.7	45.1	12.5	140.7	53.9	167.9	38.1	94.5	63.1	91.3	92.6	19.6	12.5	27.0
		回/世帯	6.6	2.4	2.2	0.5	1.4	0.1	3.2	1.1	1.4	0.9	2.8	0.6	0.8	1.4	0.3	0.3	0.4
	前半2週間	g/世帯	374.6	138.7	90.6	21.0	122.0	2.3	122.7	72.2	145.5	34.2	117.7	49.0	62.7	92.8	12.4	13.3	26.8
		円/世帯	212.6	80.1	77.4	21.3	27.4	6.3	76.5	30.5	84.1	21.5	51.8	31.3	49.4	47.2	9.0	8.4	15.5
		回/世帯	3.8	1.4	1.1	0.3	0.8	0.1	1.7	0.6	0.9	0.6	1.5	0.3	0.5	0.8	0.1	0.2	0.29
	後半2週間	g/世帯	287.2	71.5	98.6	9.2	101.9	6.0	100.4	53.8	113.0	20.0	96.7	47.4	46.5	61.2	14.8	3.8	16.8
		円/世帯	188.0	40.3	112.3	11.4	17.7	6.2	64.2	23.3	83.9	16.5	42.8	31.8	41.9	45.4	10.5	4.0	11.5
		回/世帯	2.8	0.9	1.0	0.2	0.6	0.1	1.5	0.4	0.6	0.3	1.2	0.3	0.3	0.6	0.2	0.1	0.15
	1日あたり	g/世帯	23.6	7.5	6.8	1.1	8.0	0.3	8.0	4.5	9.2	1.9	7.7	3.4	3.9	5.5	1.0	0.6	1.6
		円/世帯	14.3	4.3	6.8	1.2	1.6	0.4	5.0	1.9	6.0	1.4	3.4	2.3	3.3	3.3	0.7	0.4	1.0
		回/世帯	0.2	0.1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	6.1	1.9	1.7	0.3	2.0	0.1	2.0	1.2	2.4	0.5	2.0	0.9	1.0	1.4	0.2	0.2	0.4
		円/人	3.7	1.1	1.7	0.3	0.4	0.1	1.3	0.5	1.5	0.3	0.9	0.6	0.8	0.8	0.2	0.1	0.2
		回/人	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
介入群のみ	4週間	g/世帯	581.5	200.9	125.7	39.3	211.5	4.0	235.0	112.3	191.2	42.9	208.9	103.5	84.0	122.6	17.0	17.4	28.2
		円/世帯	339.6	118.5	142.5	39.4	37.9	1.4	146.2	48.0	113.9	31.6	78.5	70.8	79.9	67.1	15.6	10.2	17.4
		回/世帯	6.3	2.3	1.7	0.7	1.5	0.0	3.7	0.9	1.1	0.6	2.8	0.5	0.8	1.3	0.2	0.3	0.3
	前半2週間	g/世帯	357.1	147.2	64.1	29.6	116.3	0.0	138.3	70.3	117.2	31.3	109.7	58.3	48.2	91.8	11.2	14.1	23.8
		円/世帯	191.7	83.9	58.1	26.4	23.4	0.0	82.1	31.9	58.3	19.5	40.5	46.1	27.1	49.2	9.2	9.0	10.6
		回/世帯	3.6	1.4	1.0	0.5	0.8	0.0	1.9	0.6	0.7	0.4	1.5	0.3	0.4	0.8	0.1	0.2	0.2
	後半2週間	g/世帯	224.4	53.8	61.6	9.7	95.3	4.0	96.7	42.0	74.0	11.6	99.3	45.2	35.8	30.8	5.7	3.2	4.4
		円/世帯	147.9	34.6	84.4	13.0	14.5	1.4	64.1	16.1	55.6	12.1	37.9	24.7	52.8	18.0	6.4	1.2	6.9
		回/世帯	2.6	0.9	0.7	0.2	0.7	0.0	1.8	0.3	0.4	0.2	1.3	0.2	0.3	0.4	0.1	0.1	0.1
	1日あたり	g/世帯	20.8	7.2	4.5	1.4	7.6	0.1	8.4	4.0	6.8	1.5	7.5	3.7	3.0	4.4	0.6	0.6	1.0
		円/世帯	12.1	4.2	5.1	1.4	1.4	0.0	5.2	1.7	4.1	1.1	2.8	2.5	2.9	2.4	0.6	0.4	0.6
		回/世帯	0.2	0.1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	5.3	1.8	1.2	0.4	1.9	0.0	2.2	1.0	1.8	0.4	1.9	0.9	0.8	1.1	0.2	0.2	0.3
		円/人	3.1	1.1	1.3	0.4	0.3	0.0	1.3	0.4	1.0	0.3	0.7	0.6	0.7	0.6	0.1	0.1	0.2
		回/人	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
非介入群のみ	4週間	g/世帯	737.7	219.0	249.2	21.5	235.7	12.3	211.9	139.0	322.0	64.8	219.4	89.8	133.0	183.5	36.8	16.9	58.2
		円/世帯	458.1	122.2	234.4	26.4	52.0	23.1	135.5	59.4	218.9	44.2	109.6	55.8	102.1	116.6	23.4	14.6	36.0
		回/世帯	6.9	2.4	2.6	0.3	1.4	0.2	2.8	1.2	1.7	1.2	2.7	0.7	0.9	1.5	0.3	0.3	0.5
	前半2週間	g/世帯	391.2	130.7	115.7	12.8	127.4	4.5	108.0	74.1	172.2	36.9	125.3	40.3	76.4	93.7	13.5	12.6	29.6
		円/世帯	232.3	76.6	95.7	16.5	31.2	12.3	71.2	29.2	108.4	23.5	62.3	17.4	70.4	45.3	8.9	7.9	20.1
		回/世帯	3.9	1.5	1.3	0.2	0.8	0.1	1.5	0.7	1.0	0.7	1.5	0.3	0.5	0.8	0.1	0.2	0.4
	後半2週間	g/世帯	346.5	88.3	133.5	8.7	108.2	7.8	103.8	64.9	149.8	27.9	94.2	49.5	56.6	89.8	23.4	4.4	28.6
		円/世帯	225.8	45.6	138.7	9.9	20.7	10.8	64.3	30.2	110.5	20.7	47.3	38.4	31.7	71.3	14.5	6.7	15.9
		回/世帯	3.0	0.9	1.3	0.1	0.6	0.1	1.2	0.6	0.8	0.5	1.2	0.4	0.4	0.7	0.2	0.1	0.2
	1日あたり	g/世帯	26.3	7.8	8.9	0.8	8.4	0.4	7.6	5.0	11.5	2.3	7.8	3.2	4.7	6.6	1.3	0.6	2.1
		円/世帯	16.4	4.4	8.4	0.9	1.9	0.8	4.8	2.1	7.8	1.6	3.9	2.0	3.6	4.2	0.8	0.5	1.3
		回/世帯	0.2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	6.7	2.0	2.3	0.2	2.2	0.1	1.9	1.3	2.9	0.6	2.0	0.8	1.2	1.7	0.3	0.2	0.5
		円/人	4.2	1.1	2.1	0.2	0.5	0.2	1.2	0.5	2.0	0.4	1.0	0.5	0.9	1.1	0.2	0.1	0.3
		回/人	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

（３）削減取組の効果の把握・分析

表 16　【A購入したもの】の集計結果（飲料を含まない）

対象群	対象期間	単位	捨てた量・金額・回数	捨てたものの区分					買った日				捨てた理由						
				生鮮食品	加工食品	お惣菜・テイクアウト品	飲料	その他	1週間以内	2週間以内	15日以上前	無回答	食べ残した	消費期限切れ	賞味期限切れ	傷んでいた	おいしくない	その他	無回答
介入群・非介入群	4週間	g/世帯	437.9	210.2	189.2	30.2		8.3	162.8	72.7	164.2	38.1	76.9	65.1	79.7	153.9	16.9	11.0	34.3
		円/世帯	355.4	120.4	189.8	32.7		12.5	124.7	40.1	155.8	34.7	71.0	55.8	83.7	92.6	18.2	9.4	24.7
		回/世帯	5.1	2.4	2.2	0.5		0.1	2.5	0.8	1.2	0.7	1.7	0.5	0.7	1.4	0.2	0.2	0.4
	前半2週間	g/世帯	252.6	138.7	90.6	21.0		2.3	95.3	45.8	87.2	24.4	44.4	34.9	48.5	92.8	7.4	7.2	17.5
		円/世帯	185.2	80.1	77.4	21.3		6.3	67.8	22.0	75.8	19.6	38.5	27.3	45.6	47.2	8.1	5.4	13.2
		回/世帯	3.0	1.4	1.1	0.3		0.1	1.4	0.4	0.7	0.5	1.0	0.3	0.4	0.8	0.1	0.2	0.22
	後半2週間	g/世帯	185.3	71.5	98.6	9.2		6.0	67.6	27.0	77.0	13.7	32.5	30.2	31.3	61.2	9.5	3.8	16.8
		円/世帯	170.2	40.3	112.3	11.4		6.2	57.0	18.1	80.0	15.2	32.5	28.5	38.1	45.4	10.1	4.0	11.5
		回/世帯	2.2	0.9	1.0	0.2		0.1	1.1	0.3	0.5	0.2	0.7	0.3	0.3	0.6	0.1	0.1	0.15
	1日あたり	g/世帯	15.6	7.5	6.8	1.1		0.3	5.8	2.6	5.9	1.4	2.7	2.3	2.8	5.5	0.6	0.4	1.2
		円/世帯	12.7	4.3	6.8	1.2		0.4	4.5	1.4	5.6	1.2	2.5	2.0	3.0	3.3	0.6	0.3	0.9
		回/世帯	0.2	0.1	0.1	0.0		0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	4.0	1.9	1.7	0.3		0.1	1.5	0.7	1.5	0.3	0.7	0.6	0.7	1.4	0.2	0.1	0.3
		円/人	3.3	1.1	1.7	0.3		0.1	1.1	0.4	1.4	0.3	0.7	0.5	0.8	0.8	0.2	0.1	0.2
		回/人	0.0	0.0	0.0	0.0		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
介入群のみ	4週間	g/世帯	369.9	200.9	125.7	39.3		4.0	168.7	64.9	96.4	40.0	68.9	63.5	74.1	122.6	15.5	8.7	16.7
		円/世帯	301.7	118.5	142.5	39.4		1.4	129.1	36.6	105.0	31.0	58.2	62.8	78.4	67.1	15.3	5.8	14.0
		回/世帯	4.8	2.3	1.7	0.7		0.0	2.7	0.7	0.9	0.5	1.6	0.5	0.7	1.3	0.2	0.2	0.2
	前半2週間	g/世帯	240.8	147.2	64.1	29.6		0.0	107.5	46.8	57.6	28.9	42.8	38.3	40.4	91.8	9.7	5.5	12.3
		円/世帯	168.3	83.9	58.1	26.4		0.0	73.1	25.0	51.2	19.0	30.4	42.0	26.0	49.2	8.9	4.6	7.1
		回/世帯	2.8	1.4	1.0	0.5		0.0	1.5	0.5	0.5	0.4	1.0	0.3	0.4	0.8	0.1	0.2	0.12
	後半2週間	g/世帯	129.1	53.8	61.6	9.7		4.0	61.2	18.1	38.8	11.0	26.1	25.2	33.7	30.8	5.7	3.2	4.4
		円/世帯	133.3	34.6	84.4	13.0		1.4	56.0	11.6	53.7	12.0	27.8	20.8	52.4	18.0	6.4	1.2	6.9
		回/世帯	1.9	0.9	0.7	0.2		0.0	1.2	0.2	0.3	0.1	0.7	0.2	0.3	0.4	0.1	0.1	0.12
	1日あたり	g/世帯	13.2	7.2	4.5	1.4		0.1	6.0	2.3	3.4	1.4	2.5	2.3	2.6	4.4	0.6	0.3	0.6
		円/世帯	10.8	4.2	5.1	1.4		0.0	4.6	1.3	3.7	1.1	2.1	2.2	2.8	2.4	0.5	0.2	0.5
		回/世帯	0.2	0.1	0.1	0.0		0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	3.4	1.8	1.2	0.4		0.0	1.5	0.6	0.9	0.4	0.6	0.6	0.7	1.1	0.1	0.1	0.2
		円/人	2.8	1.1	1.3	0.4		0.0	1.2	0.3	1.0	0.3	0.5	0.6	0.7	0.6	0.1	0.1	0.1
		回/人	0.0	0.0	0.0	0.0		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
非介入群のみ	4週間	g/世帯	502.0	219.0	249.2	21.5		12.3	157.3	80.1	228.2	36.3	84.5	66.5	85.0	183.5	18.3	13.2	51.0
		円/世帯	406.1	122.2	234.4	26.4		23.1	120.6	43.5	203.8	38.2	83.1	49.1	88.7	116.6	20.9	12.8	34.8
		回/世帯	5.5	2.4	2.6	0.3		0.2	2.3	0.9	1.5	0.9	1.8	0.5	0.6	1.5	0.2	0.2	0.5
	前半2週間	g/世帯	263.8	130.7	115.7	12.8		4.5	83.7	44.8	115.1	20.2	46.0	31.6	56.0	93.7	5.3	8.8	22.4
		円/世帯	201.1	76.6	95.7	16.5		12.3	62.7	19.2	99.0	20.1	46.1	13.3	64.0	45.3	7.4	6.1	18.9
		回/世帯	3.1	1.5	1.3	0.2		0.1	1.3	0.4	0.8	0.6	1.1	0.2	0.4	0.8	0.0	0.2	0.3
	後半2週間	g/世帯	238.3	88.3	133.5	8.7		7.8	73.6	35.4	113.1	16.1	38.6	34.9	29.0	89.8	13.0	4.4	28.6
		円/世帯	205.0	45.6	138.7	9.9		10.8	57.8	24.3	104.8	18.1	37.0	35.8	24.7	71.3	13.6	6.7	15.9
		回/世帯	2.4	0.9	1.3	0.1		0.1	1.0	0.5	0.7	0.3	0.8	0.3	0.2	0.7	0.2	0.1	0.2
	1日あたり	g/世帯	17.9	7.8	8.9	0.8		0.4	5.6	2.9	8.2	1.3	3.0	2.4	3.0	6.6	0.7	0.5	1.8
		円/世帯	14.5	4.4	8.4	0.9		0.8	4.3	1.6	7.3	1.4	3.0	1.8	3.2	4.2	0.7	0.5	1.2
		回/世帯	0.2	0.1	0.1	0.0		0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	4.6	2.0	2.3	0.2		0.1	1.4	0.7	2.1	0.3	0.8	0.6	0.8	1.7	0.2	0.1	0.5
		円/人	3.7	1.1	2.1	0.2		0.2	1.1	0.4	1.9	0.3	0.8	0.4	0.8	1.1	0.2	0.1	0.3
		回/人	0.1	0.0	0.0	0.0		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

（３）削減取組の効果の把握・分析

表 17　【Ｂ金額が不明瞭なもの】の集計結果（飲料を含む）

対象群	対象期間	単位	捨てた量・回数	未開封・手つかずで捨てた量・回数	捨てたものの区分						調理した日、もらった日、収穫採集した日				捨てた理由						
					家で調理したもの	もらいもの	収穫採集したもの	飲料	その他	無回答	1週間以内	2週間以内	15日以上前	無回答	食べ残した	消費期限切れ	賞味期限切れ	傷んでいた	おいしくない	その他	無回答
介入群・非介入群	4週間	g/世帯	2092.9	207.8	654.3	609.9	59.8	693.1	28.6	47.2	1379.7	115.4	434.8	162.9	1362.2	45.3	41.9	474.1	53.0	39.5	76.9
		回/世帯	15.2	0.9	6.7	3.4	0.3	3.8	0.4	0.4	11.0	0.8	1.9	1.6	11.2	0.3	0.3	1.9	0.5	0.4	0.5
	前半2週間	g/世帯	1208.0	101.3	363.6	391.6	36.1	367.3	23.2	26.2	750.3	68.5	301.5	87.7	743.7	26.7	22.2	321.6	30.5	31.6	31.7
		回/世帯	8.4	0.5	3.8	2.0	0.2	2.0	0.3	0.2	6.0	0.4	1.1	0.9	6.2	0.2	0.2	1.2	0.2	0.2	0.2
	後半2週間	g/世帯	884.9	106.6	290.7	218.3	23.7	325.8	5.3	21.0	629.4	46.9	133.3	75.3	618.4	18.6	19.7	152.5	22.5	7.9	45.2
		回/世帯	6.7	0.4	3.0	1.4	0.1	1.8	0.2	0.2	5.0	0.3	0.8	0.7	5.0	0.1	0.2	0.7	0.2	0.2	0.2
	1日あたり	g/世帯	74.7	7.4	23.4	21.8	2.1	24.8	1.0	1.7	49.3	4.1	15.5	5.8	48.6	1.6	1.5	16.9	1.9	1.4	2.7
		回/世帯	0.5	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.4	0.0	0.1	0.1	0.4	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	19.2	1.9	6.0	5.6	0.5	6.3	0.3	0.4	12.6	1.1	4.0	1.5	12.5	0.4	0.4	4.3	0.5	0.4	0.7
		回/人	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
介入群のみ	4週間	g/世帯	2198.3	225.3	632.5	706.2	54.5	674.7	50.1	80.2	1377.6	106.6	543.5	170.6	1274.1	48.3	37.4	579.5	65.2	56.9	136.9
		回/世帯	15.8	0.8	6.7	3.4	0.2	4.3	0.7	0.5	11.6	0.7	2.3	1.2	11.2	0.4	0.3	2.1	0.5	0.7	0.6
	前半2週間	g/世帯	1281.6	92.1	338.3	472.3	41.3	340.4	40.7	48.6	752.8	81.3	380.3	67.2	710.3	38.0	21.5	392.7	28.8	40.7	49.5
		回/世帯	9.1	0.4	3.8	2.1	0.2	2.4	0.4	0.3	6.7	0.4	1.3	0.6	6.6	0.3	0.1	1.3	0.2	0.3	0.3
	後半2週間	g/世帯	916.7	133.3	294.3	233.9	13.2	334.3	9.4	31.6	624.8	25.3	163.2	103.4	563.8	10.3	15.9	186.8	36.3	16.3	87.4
		回/世帯	6.7	0.4	2.9	1.3	0.1	2.0	0.3	0.2	4.8	0.3	1.0	0.6	4.6	0.1	0.2	0.8	0.3	0.4	0.3
	1日あたり	g/世帯	78.5	8.0	22.6	25.2	1.9	24.1	1.8	2.9	49.2	3.8	19.4	6.1	45.5	1.7	1.3	20.7	2.3	2.0	4.9
		回/世帯	0.6	0.0	0.2	0.1	0.0	0.2	0.0	0.0	0.4	0.0	0.1	0.0	0.4	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	20.1	2.1	5.8	6.5	0.5	6.2	0.5	0.7	12.6	1.0	5.0	1.6	11.7	0.4	0.3	5.3	0.6	0.5	1.3
		回/人	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
非介入群のみ	4週間	g/世帯	1993.5	191.4	674.8	519.1	64.9	710.4	8.3	16.0	1381.7	123.8	332.3	155.7	1445.2	42.5	46.2	374.7	41.6	23.0	20.4
		回/世帯	14.5	0.9	6.8	3.4	0.4	3.4	0.2	0.3	10.4	0.8	1.5	1.9	11.2	0.3	0.4	1.8	0.4	0.2	0.3
	前半2週間	g/世帯	1138.6	109.9	387.4	315.5	31.2	392.6	6.8	5.1	748.0	56.5	227.2	106.9	775.2	15.9	22.9	254.5	32.1	23.0	15.0
		回/世帯	7.8	0.5	3.7	1.9	0.2	1.7	0.1	0.1	5.3	0.4	0.9	1.1	5.8	0.2	0.2	1.1	0.2	0.2	0.2
	後半2週間	g/世帯	854.9	81.4	287.4	203.6	33.6	317.8	1.5	10.9	633.7	67.3	105.2	48.8	670.0	26.5	23.3	120.3	9.5	0.0	5.4
		回/世帯	6.8	0.3	3.1	1.5	0.2	1.7	0.1	0.2	5.1	0.4	0.5	0.8	5.5	0.2	0.2	0.7	0.2	0.0	0.1
	1日あたり	g/世帯	71.2	6.8	24.1	18.5	2.3	25.4	0.3	0.6	49.3	4.4	11.9	5.6	51.6	1.5	1.6	13.4	1.5	0.8	0.7
		回/世帯	0.5	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.4	0.0	0.1	0.1	0.4	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	18.2	1.7	6.2	4.7	0.6	6.5	0.1	0.1	12.6	1.1	3.0	1.4	13.2	0.4	0.4	3.4	0.4	0.2	0.2
		回/人	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

（３）削減取組の効果の把握・分析

表 18　【Ｂ金額が不明瞭なもの】の集計結果（飲料を含まない）

対象群	対象期間	単位	捨てた量・回数	未開封・手つかずで捨てた量・回数	捨てたものの区分						調理した日、もらった日、収穫採集した日				捨てた理由						
					家で調理したもの	もらいもの	収穫採集したもの	飲料	その他	無回答	1週間以内	2週間以内	15日以上前	無回答	食べ残した	消費期限切れ	賞味期限切れ	傷んでいた	おいしくない	その他	無回答
介入群・非介入群	4週間	g/世帯	1399.8	200.2	654.3	609.9	59.8		28.6	47.2	730.0	115.4	422.9	131.5	689.5	43.5	41.9	473.8	52.7	38.6	59.7
		回/世帯	11.3	0.8	6.7	3.4	0.3		0.4	0.4	7.5	0.8	1.8	1.2	7.5	0.3	0.3	1.9	0.4	0.4	0.4
	前半2週間	g/世帯	840.7	99.6	363.6	391.6	36.1		23.2	26.2	409.1	68.5	294.1	69.0	385.3	24.8	22.2	321.6	30.5	30.8	25.5
		回/世帯	6.4	0.5	3.8	2.0	0.2		0.3	0.2	4.2	0.4	1.1	0.7	4.2	0.2	0.2	1.2	0.2	0.2	0.2
	後半2週間	g/世帯	559.1	100.7	290.7	218.3	23.7		5.3	21.0	320.9	46.9	128.8	62.5	304.2	18.6	19.7	152.3	22.2	7.9	34.2
		回/世帯	4.9	0.3	3.0	1.4	0.1		0.2	0.2	3.3	0.3	0.7	0.5	3.3	0.1	0.2	0.7	0.2	0.2	0.2
	1日あたり	g/世帯	50.0	7.2	23.4	21.8	2.1		1.0	1.7	26.1	4.1	15.1	4.7	24.6	1.6	1.5	16.9	1.9	1.4	2.1
		回/世帯	0.4	0.0	0.2	0.1	0.0		0.0	0.0	0.3	0.0	0.1	0.0	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	12.8	1.8	6.0	5.6	0.5		0.3	0.4	6.7	1.1	3.9	1.2	6.3	0.4	0.4	4.3	0.5	0.4	0.5
		回/人	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0		0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
介入群のみ	4週間	g/世帯	1523.6	209.6	632.5	706.2	54.5		50.1	80.2	741.2	106.6	530.7	145.1	641.5	44.5	37.4	578.9	64.6	55.2	101.4
		回/世帯	11.5	0.8	6.7	3.4	0.2		0.7	0.5	7.6	0.7	2.2	0.9	7.1	0.4	0.3	2.0	0.5	0.7	0.4
	前半2週間	g/世帯	941.2	88.6	338.3	472.3	41.3		40.7	48.6	433.2	81.3	374.9	51.8	388.2	34.3	21.5	392.7	28.8	39.0	36.6
		回/世帯	6.7	0.4	3.8	2.1	0.2		0.4	0.3	4.6	0.4	1.3	0.5	4.3	0.2	0.1	1.3	0.2	0.3	0.2
	後半2週間	g/世帯	582.4	121.0	294.3	233.9	13.2		9.4	31.6	308.0	25.3	155.8	93.3	253.3	10.3	15.9	186.2	35.7	16.2	64.8
		回/世帯	4.8	0.3	2.9	1.3	0.1		0.3	0.2	3.0	0.3	1.0	0.5	2.8	0.1	0.2	0.8	0.3	0.4	0.2
	1日あたり	g/世帯	54.4	7.5	22.6	25.2	1.9		1.8	2.9	26.5	3.8	19.0	5.2	22.9	1.6	1.3	20.7	2.3	2.0	3.6
		回/世帯	0.4	0.0	0.2	0.1	0.0		0.0	0.0	0.3	0.0	0.1	0.0	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	14.0	1.9	5.8	6.5	0.5		0.5	0.7	6.8	1.0	4.9	1.3	5.9	0.4	0.3	5.3	0.6	0.5	0.9
		回/人	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0		0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
非介入群のみ	4週間	g/世帯	1283.1	191.4	674.8	519.1	64.9		8.3	16.0	719.5	123.8	321.1	118.7	734.8	42.5	46.2	374.7	41.6	23.0	20.4
		回/世帯	11.2	0.9	6.8	3.4	0.4		0.2	0.3	7.5	0.8	1.4	1.5	7.9	0.3	0.4	1.8	0.4	0.2	0.3
	前半2週間	g/世帯	746.0	109.9	387.4	315.5	31.2		6.8	5.1	386.4	56.5	217.9	85.2	382.6	15.9	22.9	254.5	32.1	23.0	15.0
		回/世帯	6.1	0.5	3.7	1.9	0.2		0.1	0.1	3.9	0.4	0.9	0.9	4.1	0.2	0.2	1.1	0.2	0.2	0.2
	後半2週間	g/世帯	537.1	81.4	287.4	203.6	33.6		1.5	10.9	333.0	67.3	103.3	33.5	352.2	26.5	23.3	120.3	9.5	0.0	5.4
		回/世帯	5.0	0.3	3.1	1.5	0.2		0.1	0.2	3.5	0.4	0.5	0.6	3.8	0.2	0.2	0.7	0.2	0.0	0.1
	1日あたり	g/世帯	45.8	6.8	24.1	18.5	2.3		0.3	0.6	25.7	4.4	11.5	4.2	26.2	1.5	1.6	13.4	1.5	0.8	0.7
		回/世帯	0.4	0.0	0.2	0.1	0.0		0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	0.1	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
	1日1人あたり	g/人	11.7	1.7	6.2	4.7	0.6		0.1	0.1	6.6	1.1	2.9	1.1	6.7	0.4	0.4	3.4	0.4	0.2	0.2
		回/人	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0		0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

（３）削減取組の効果の把握・分析

ア．削減取組の実践による食品ロス量の差異

介入群（50 世帯）は前半２週間、食品ロス量の計測のみを行い、後半２週間は削減の取組を行った。その結果、前半２週間は、１世帯あたり平均 1,638.7g を捨てていたが、後半２週間は 1,141.1g に減った（表 19　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含む）及び図 8　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】前半２週間及び後半２週間の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含む））。一方、非介入群（53 世帯）は、４週間食品ロス量の計測のみを行い、削減の取組はしなかったものの、前半２週間は１世帯あたり平均で 1,529.8g 捨てていたところから、後半２週間は 1,201.4g に減った。また、食品ロス量には飲料が占める割合が高いことがわかった。そこで、飲料を除いた結果についても表 20　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】１世帯あたりの食品ロス量及び図 9　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】前半２週間及び後半２週間の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含まない）に示した。

変化率について、群全体と各世帯の平均的な変化率の２種類を算出した。群全体の変化率は、群全体の食品ロス合計量が後半２週間では前半２週間からどれほど変化したかを算出して求めた。その結果、飲料を含む場合、介入群では-30.4%、非介入群では-21.5%となった。飲料を含まない場合、変化率はさらに下がり、介入群では-39.8%、非介入群では-23.2%となった（表 21　前半２週間から後半２週間への食品ロス量の変化率）。

各世帯の変化率の平均も求めた。各世帯の平均的な変化率は、各世帯の食品ロス合計量が後半２週間では前半２週間からどれほど変化したかを世帯別に算出し、それを平均して求めたものである。介入群の１世帯については、調査期間中、食品ロスの発生がなかったため、変化率の分母が 0 となってしまい算出不可であったことから、各世帯の平均的な変化率を求める際の介入群の世帯数 n=49 となった。その結果、飲料を含む場合、各世帯の変化率の分布は負の値に偏りながらも、極端に変化率の値が大きくなった世帯の結果の影響で、介入群・非介入群ともに平均値は正の値となった（図 10　各世帯の変化率の分布（左：飲料を含む　右：飲料を含まない））。

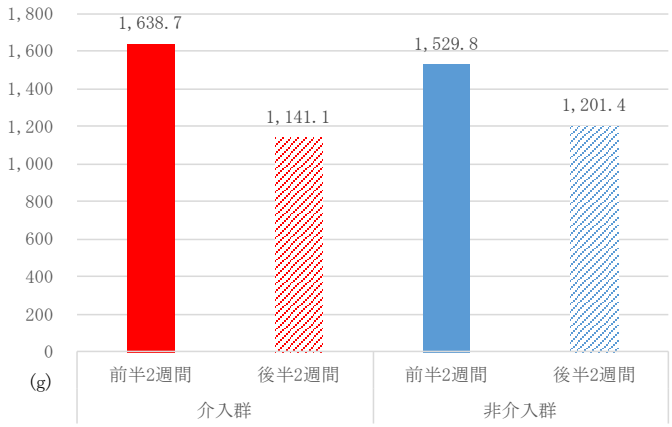
よって、変化率 100%以上または-100%となった世帯を除いた場合の結果を表 22「前半２週間から後半２週間への食品ロス量の変化率（変化率が 100%以上または-100%となった世帯を除いた場合）」に示した。

表 19　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含む）

群	4週間		前半2週間		後半2週間	
	1世帯あたり	1人あたり	1世帯あたり	1人あたり	1世帯あたり	1人あたり
介入群（50世帯　195人）	2,779.8ｇ	712.8ｇ	1,638.7ｇ	420.2ｇ	1,141.1ｇ	292.6ｇ
非介入群（53世帯　207人）	2,731.2ｇ	699.3ｇ	1,529.8ｇ	391.7ｇ	1,201.4ｇ	307.6ｇ

非介入群の「１人あたり」は、世帯人数が不明の２世帯を除いた207人で計算した。

（３）削減取組の効果の把握・分析



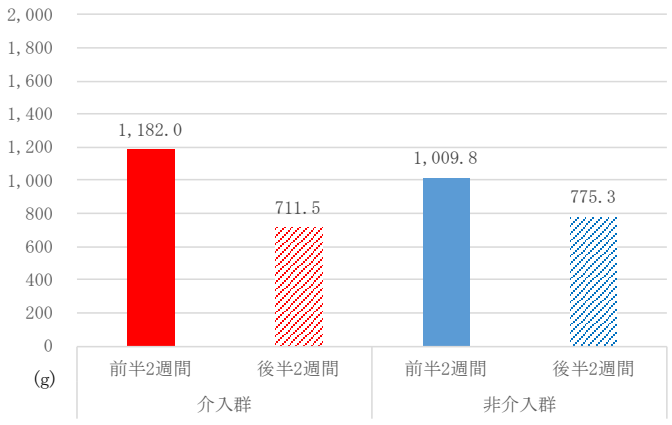
介入群：n=50 非介入群：n=53

図 8　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】前半２週間及び後半２週間の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含む）

表 20　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含まない）

群	4週間		前半2週間		後半2週間	
	1世帯あたり	1人あたり	1世帯あたり	1人あたり	1世帯あたり	1人あたり
介入群（50世帯　195人）	1,893.5 g	485.5 g	1,182.0 g	303.1 g	711.5 g	182.4 g
非介入群（53世帯　207人）	1,785.1 g	457.1 g	1,009.8 g	258.5 g	775.3 g	198.5 g

非介入群の「１人あたり」は、世帯人数が不明の２世帯を除いた207人で計算した。



介入群：n=50 非介入群：n=53

図 9　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】前半２週間及び後半２週間の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含まない）

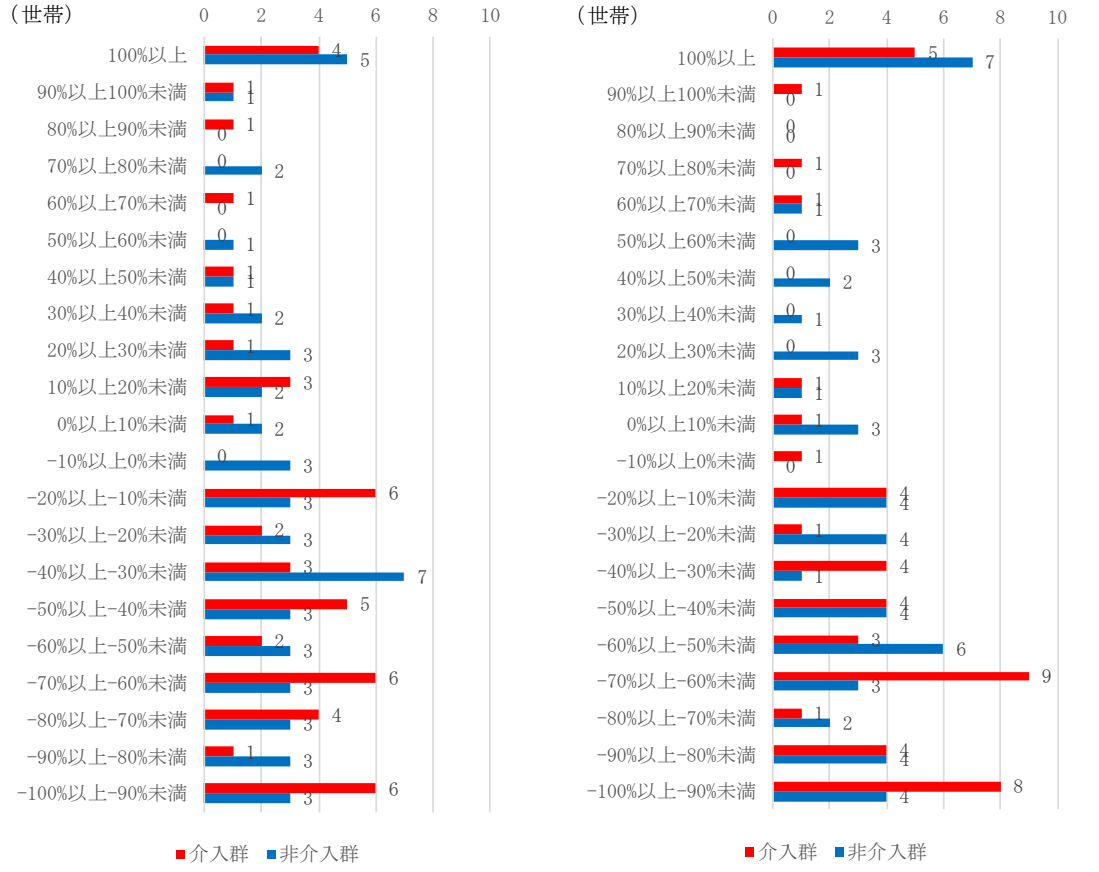
（３）削減取組の効果の把握・分析

表 21　前半２週間から後半２週間への食品ロス量の変化率

群	飲料を含む場合		飲料を含まない場合	
	群全体の変化率[*1]	各世帯の変化率[*1]	群全体の変化率[*1]	各世帯の変化率[*1]
介入群（n=49[*2]）	−30.4%	24.1%	−39.8%	35.4%
非介入群（n=53）	−21.5%	18.2%	−23.2%	168.4%

[*1]群全体の変化率=（（後半2週間の群全体の排出量）−（前半2週間の群全体の排出量））/（前半2週間の群全体の排出量）×100
各世帯の変化率＝（各世帯の変化率の合計）／世帯数

[*2]介入群の1世帯には食品ロスがなかったため、分母がゼロとなり変化率を求めることができず、n数が1少ない。



介入群:n=49 非介入群:n=53　　介入群:n=49 非介入群:n=53

図 10　各世帯の変化率の分布（左：飲料を含む　右：飲料を含まない）

（３）削減取組の効果の把握・分析

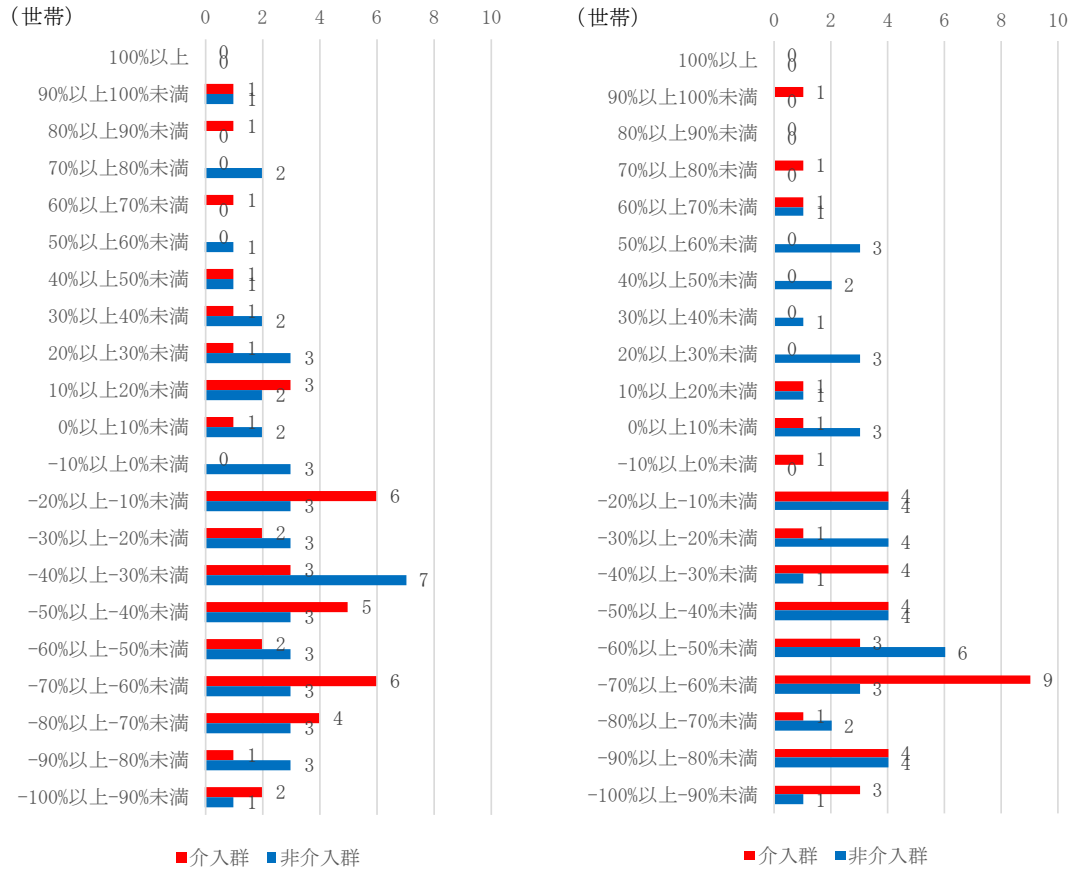
表 22　前半２週間から後半２週間への食品ロス量の変化率（変化率が 100%以上または-100%となった世帯を除いた場合）

群	飲料を含む場合		飲料を含まない場合	
	群全体の変化率[*1]	各世帯の変化率[*1]	群全体の変化率[*1]	各世帯の変化率[*1]
介入群 （飲料含む場合n=41[*2*3]） （飲料含まない場合n=39[*2*3]）	−30.4%	−28.1%	−43.2%	−40.6%
非介入群 （飲料含む場合n=46[*3]） （飲料含まない場合n=43[*3]）	−25.6%	−19.8%	−29.5%	−24.7%

[*1]群全体の変化率=（（後半2週間の群全体の排出量）−（前半2週間の群全体の排出量））/（前半2週間の群全体の排出量）×100
各世帯の変化率＝（各世帯の変化率の合計）／世帯数

[*2]介入群の1世帯には食品ロスがなかったため、分母がゼロとなり変化率を求めることができず、n数が1少ない。

[*3]参考としてこの表では、変化率が100%以上または−100%となった世帯を除いた結果を示した。飲料を含む場合、変化率が100%以上であった9世帯（154%, 158%, 185%, 187%, 205%, 540%, 917%, 955%, 1500%）及び−100%となった6世帯を除いたため介入群n=41、非介入群n=46である。飲料を含まない場合、変化率が100%以上であった12世帯（134%, 136%, 154%, 158%, 205%, 336%, 378%, 917%, 955%, 1091%, 1500%, 8144%）及び−100%となった8世帯を除いたため介入群n=39、非介入群n=43である。



介入群:n=41　非介入群:n=46　　介入群:n=39　非介入群:n=43

図 11　各世帯の変化率の分布（変化率が 100%以上または-100%となった世帯を除いた場合）（左：飲料を含む　右：飲料を含まない）

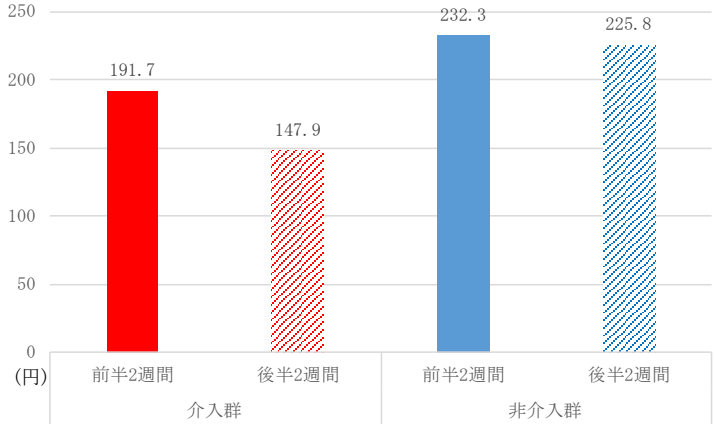
（３）削減取組の効果の把握・分析

イ．削減取組による食品ロスの金額の差異

食品ロスとして捨てられたもののうち、金額がわかるものは【A購入したもの】として集計した。その結果、全 103 世帯が４週間で捨てた食品ロスは、飲料を含めて合計で 41,256 円であった。１世帯あたりに換算すると４週間で平均 400.5 円を捨てていることになる。介入群は、前半２週間で１世帯あたり 191.7 円を捨てていたが、削減の取組を行った後半２週間では 147.9 円に減少し、43.8 円（１世帯１日あたり 3.1 円）の節約につながった（表 23 【A購入したもの】の食品ロス量及びその金額（飲料を含む）及び図 12 【A購入したもの】の食品ロスの金額（飲料を含む））。非介入群においても、捨てた食品の金額は、前半２週間から後半２週間で 232.3 円から 225.8 円に微減した。飲料を含まない場合、介入群では前半２週間から後半２週間で、168.3 円から 133.3 円に減少したが、非介入群では 201.1 円から 205.0 円に微増した（表 24 【A購入したもの】の食品ロス量及びその金額（飲料を含まない）及び図 13 【A購入したもの】の食品ロスの金額（飲料を含まない））。

表 23 【A購入したもの】の食品ロス量及びその金額（飲料を含む）

	4週間1世帯あたり		前半2週間1世帯あたり		後半2週間1世帯あたり	
	食品ロス量	食品ロス金額	食品ロス量	食品ロス金額	食品ロス量	食品ロス金額
介入群（50世帯）	581.5ｇ	339.6 円	357.1ｇ	191.7 円	224.4ｇ	147.9 円
非介入群（53世帯）	737.7ｇ	458.1 円	391.2ｇ	232.3 円	346.5ｇ	225.8 円



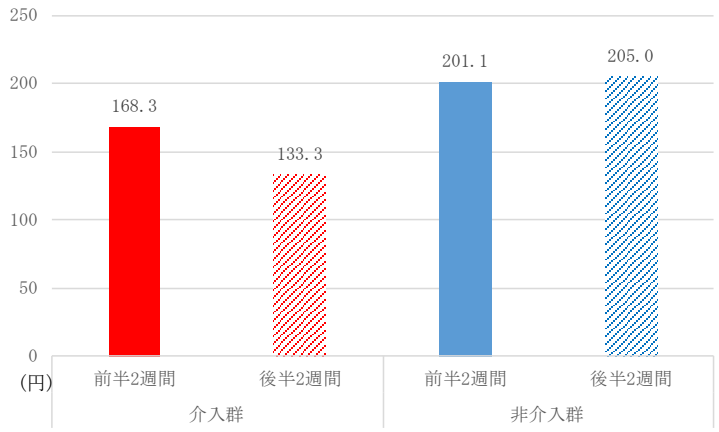
介入群：n=50 非介入群：n=53

図 12 【A購入したもの】の食品ロスの金額（飲料を含む）

（３）削減取組の効果の把握・分析

表 24　【A購入したもの】の食品ロス量及びその金額（飲料を含まない）

	4週間1世帯あたり		前半2週間1世帯あたり		後半2週間1世帯あたり	
	食品ロス量	食品ロス金額	食品ロス量	食品ロス金額	食品ロス量	食品ロス金額
介入群（50世帯）	369.9 g	301.7 円	240.8 g	168.3 円	129.1 g	133.3 円
非介入群（53世帯）	502.0 g	406.1 円	263.8 g	201.1 円	238.3 g	205.0 円



介入群：n=50　非介入群：n=53

図 13　【A購入したもの】の食品ロスの金額（飲料を含まない）

ウ．削減取組による捨てた回数の差異

回数の数え方について、例えば同じ日に人参１本と肉じゃが 100g を捨てた場合、それぞれを１回と数えることとした。その結果、前半２週間では、介入群は 12.8 回、非介入群では 11.6 回食品を捨てていたが、後半２週間では、介入群は 9.3 回、非介入群は 9.8 回に減少した（表 25　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】１世帯あたりの捨てた回数）。飲料を含まない場合、前半２週間では、介入群は 9.6 回、非介入群では 9.2 回であったが、後半２週間では介入群では 6.7 回、非介入群では 7.5 回に減少した。

（３）削減取組の効果の把握・分析

表 25　【A購入したもの】及び【B金額が不明瞭なもの】１世帯あたりの捨てた回数

群	飲料を含む場合		飲料を含まない場合	
	前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間
介入群（50世帯）	12.8 回	9.3 回	9.6 回	6.7 回
非介入群（53世帯）	11.6 回	9.8 回	9.2 回	7.5 回

エ．削減取組による捨てたものの区分の差異

捨てたものの区分について、【A購入したもの】では、生鮮食品、加工食品、お惣菜・テイクアウト品、飲料、その他に分けて記録し、【B金額が不明瞭なもの】では、家で調理したもの、もらいもの、収穫採集したもの、飲料、その他に分けて記録された。その結果、削減の取組の前後にかかわらず、介入群・非介入群ともに、家で調理したもの、もらいもの、そして飲料の食品ロス量が多いことがわかった（表 26　捨てたものの区分別の食品ロス量及び図 14　捨てたものの区分別の食品ロス量）。

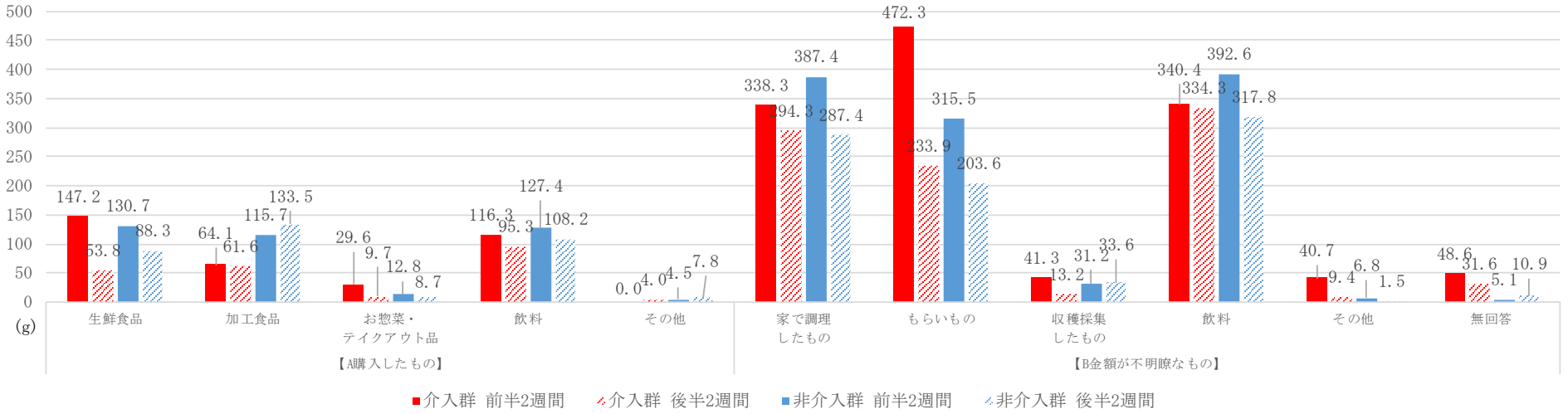
また、介入群では、もらいもののロス量が半減（-50.5%）し、もともとロス量が多かったことから、食品ロス削減に大きく寄与した。変化率に着目すると、生鮮食品（-63.5%）と収穫採集したもの（-68.0%）、お惣菜・テイクアウト品（-67.1%）の減量が顕著であり、この傾向は非介入群においてもあてはまった。

【A購入したもの】についてのみ、捨てた区分ごとにその金額を見ると、増減の傾向はほとんどの区分で重量ベースの結果に比例したが、加工食品についてのみ、介入群では前半２週間から後半２週間で食品ロス量が減少したにもかかわらず、食品ロス金額が増加した（表 27　【A購入したもの】捨てたものの区分別の金額及び図 15　【A購入したもの】捨てたものの区分別の金額）。

（３）削減取組の効果の把握・分析

表 26　捨てたものの区分別の食品ロス量

群	対象期間	【A購入したもの】					【B金額が不明瞭なもの】					
		生鮮食品	加工食品	お惣菜・テイクアウト品	飲料	その他	家で調理したもの	もらいもの	収穫採集したもの	飲料	その他	無回答
介入群（50世帯）	前半2週間	147.2 g	64.1 g	29.6 g	116.3 g	0.0 g	338.3 g	472.3 g	41.3 g	340.4 g	40.7 g	48.6 g
	後半2週間	53.8 g	61.6 g	9.7 g	95.3 g	4.0 g	294.3 g	233.9 g	13.2 g	334.3 g	9.4 g	31.6 g
	変化率	-63.5%	-3.8%	-67.1%	-18.0%	―	-13.0%	-50.5%	-68.0%	-1.8%	-76.9%	-35.0%
非介入群（53世帯）	前半2週間	130.7 g	115.7 g	12.8 g	127.4 g	4.5 g	387.4 g	315.5 g	31.2 g	392.6 g	6.8 g	5.1 g
	後半2週間	88.3 g	133.5 g	8.7 g	108.2 g	7.8 g	287.4 g	203.6 g	33.6 g	317.8 g	1.5 g	10.9 g
	変化率	-32.5%	15.3%	-32.5%	-15.1%	74.1%	-25.8%	-35.4%	7.6%	-19.0%	-77.8%	113.7%



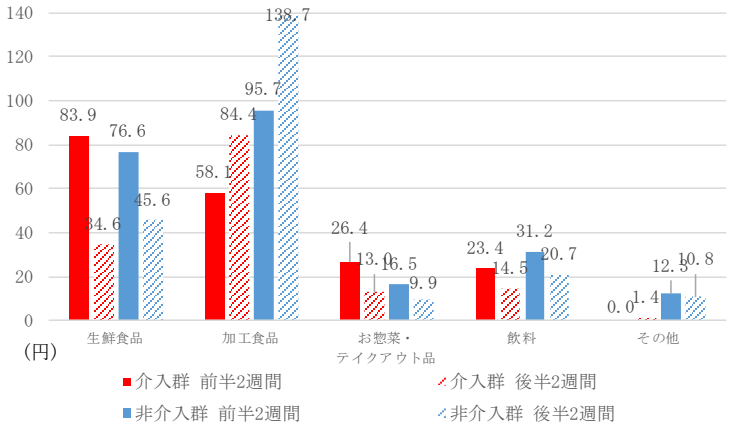
介入群：n=50　非介入群：n=53

図 14　捨てたものの区分別の食品ロス量

（３）削減取組の効果の把握・分析

表 27　【A購入したもの】捨てたものの区分別の金額

群	対象期間	【A購入したもの】				
		生鮮食品	加工食品	お惣菜・テイクアウト品	飲料	その他
介入群（50世帯）	前半2週間	83.9 円	58.1 円	26.4 円	23.4 円	0.0 円
	後半2週間	34.6 円	84.4 円	13.0 円	14.5 円	1.4 円
	変化率	-58.8%	45.3%	-50.8%	-38.0%	—
非介入群（53世帯）	前半2週間	76.6 円	95.7 円	16.5 円	31.2 円	12.3 円
	後半2週間	45.6 円	138.7 円	9.9 円	20.7 円	10.8 円
	変化率	-40.5%	44.9%	-40.0%	-33.7%	-12.2%



介入群:n=50 非介入群:n=53

図 15　【A購入したもの】捨てたものの区分別の金額

オ．削減取組による捨てたものの取得時期の差異

【A購入したもの】については捨てたものを買った日が、【B金額が不明瞭なもの】については、捨てたものを調理した日、もらった日もしくは収穫採集した日が１週間以内、２週間以内、15 日以上前のいずれにあてはまるかが記録された。その結果、介入群・非介入群に共通して、【B金額が不明瞭なもの】を１週間以内に取得して捨てた量が飛び抜けて多かった（表 28　【A購入したもの】を買った日の区分及び図 16　入手した日の区分別の食品ロス量（飲料を含む）及び表 29　【B金額が不明瞭なもの】の調理した日、もらった日、収穫採集した日の区分及び図 17　入手した日の区分別の食品ロス量（飲料を含まない））。

【A購入したもの】の金額を捨てた時期別に見ると、捨てた重量と同様の傾向であった（表 30　【A購入したもの】を買った日の区分別の捨てた分の購入金額及び図 18　【A購入したもの】を買った日の区分別の捨てた分の購入金額（飲料を含む）及び図 19　【A購入し

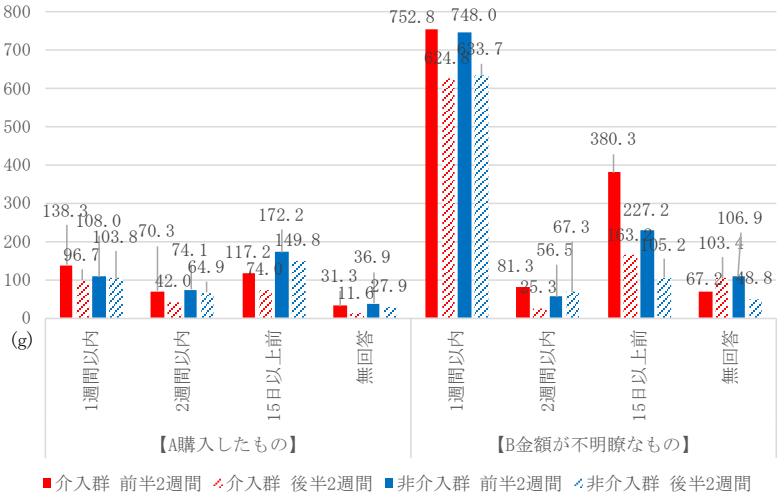
たもの】を買った日の区分別の捨てた分の購入金額（飲料を含まない））。

表 28　【A購入したもの】を買った日の区分

買った日	飲料を含む場合				飲料を含まない場合			
	介入群（50世帯）		非介入群（53世帯）		介入群（50世帯）		非介入群（53世帯）	
	前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間
1週間以内	138.3 g	96.7 g	108.0 g	103.8 g	107.5 g	61.2 g	83.7 g	73.6 g
2週間以内	70.3 g	42.0 g	74.1 g	64.9 g	46.8 g	18.1 g	44.8 g	35.4 g
15日以上前	117.2 g	74.0 g	172.2 g	149.8 g	57.6 g	38.8 g	115.1 g	113.1 g
無回答	31.3 g	11.6 g	36.9 g	27.9 g	28.9 g	11.0 g	20.2 g	16.1 g

表 29　【B金額が不明瞭なもの】の調理した日、もらった日、収穫採集した日の区分

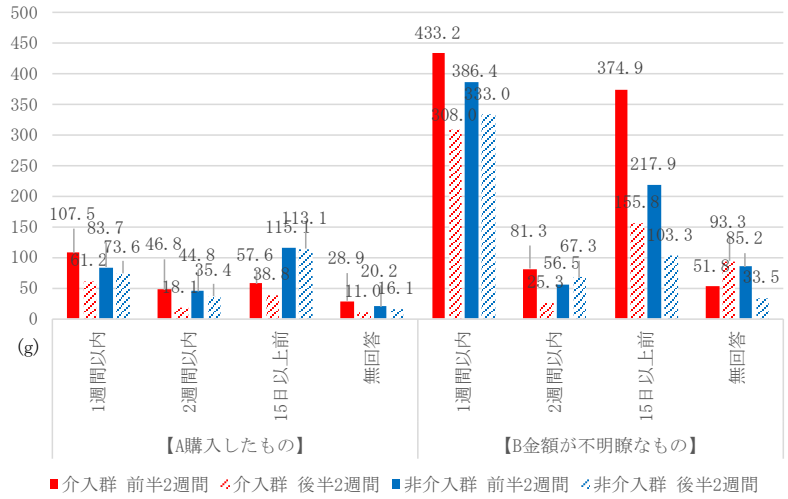
調理した日 もらった日 収穫採集した日	飲料を含む場合				飲料を含まない場合			
	介入群（50世帯）		非介入群（53世帯）		介入群（50世帯）		非介入群（53世帯）	
	前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間
1週間以内	752.8 g	624.8 g	748.0 g	633.7 g	433.2 g	308.0 g	386.4 g	333.0 g
2週間以内	81.3 g	25.3 g	56.5 g	67.3 g	81.3 g	25.3 g	56.5 g	67.3 g
15日以上前	380.3 g	163.2 g	227.2 g	105.2 g	374.9 g	155.8 g	217.9 g	103.3 g
無回答	67.2 g	103.4 g	106.9 g	48.8 g	51.8 g	93.3 g	85.2 g	33.5 g



介入群：n=50　非介入群：n=53

図 16　入手した日の区分別の食品ロス量（飲料を含む）

（３）削減取組の効果の把握・分析

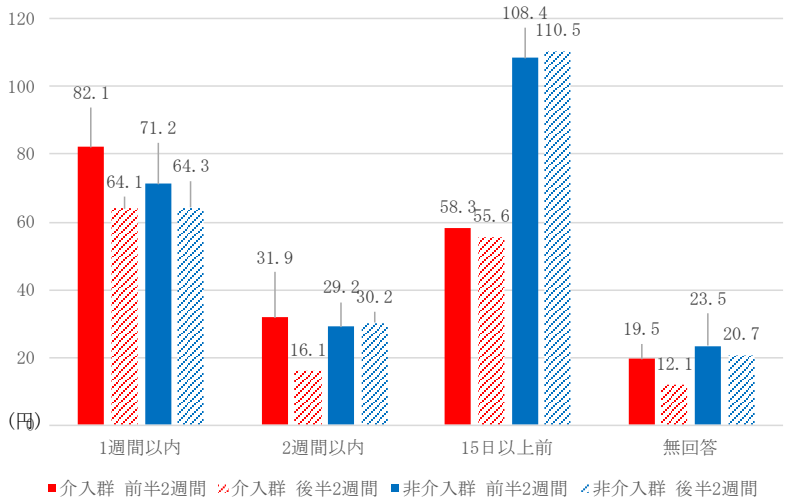


介入群：n=50 非介入群：n=53

図 17　入手した日の区分別の食品ロス量（飲料を含まない）

表 30　【A購入したもの】を買った日の区分別の捨てた分の購入金額

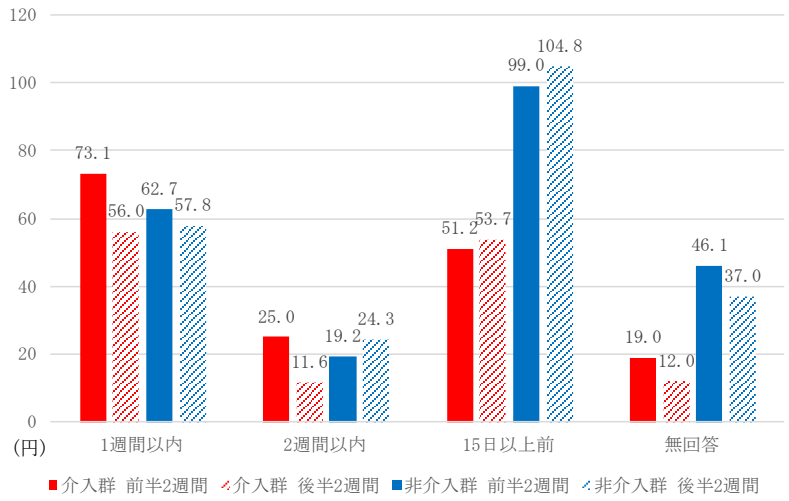
買った日	飲料を含む場合				飲料を含まない場合			
	介入群（50世帯）		非介入群（53世帯）		介入群（50世帯）		非介入群（53世帯）	
	前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間
1週間以内	82.1 円	64.1 円	71.2 円	64.3 円	73.1 円	56.0 円	62.7 円	57.8 円
2週間以内	31.9 円	16.1 円	29.2 円	30.2 円	25.0 円	11.6 円	19.2 円	24.3 円
15日以上前	58.3 円	55.6 円	108.4 円	110.5 円	51.2 円	53.7 円	99.0 円	104.8 円
無回答	19.5 円	12.1 円	23.5 円	20.7 円	19.0 円	12.0 円	46.1 円	37.0 円



介入群：n=50 非介入群：n=53

図 18　【A購入したもの】を買った日の区分別の捨てた分の購入金額（飲料を含む）

（３）削減取組の効果の把握・分析



介入群：n=50 非介入群：n=53

図 19 【A購入したもの】を買った日の区分別の捨てた分の購入金額（飲料を含まない）

カ．削減取組による捨てた理由の差異

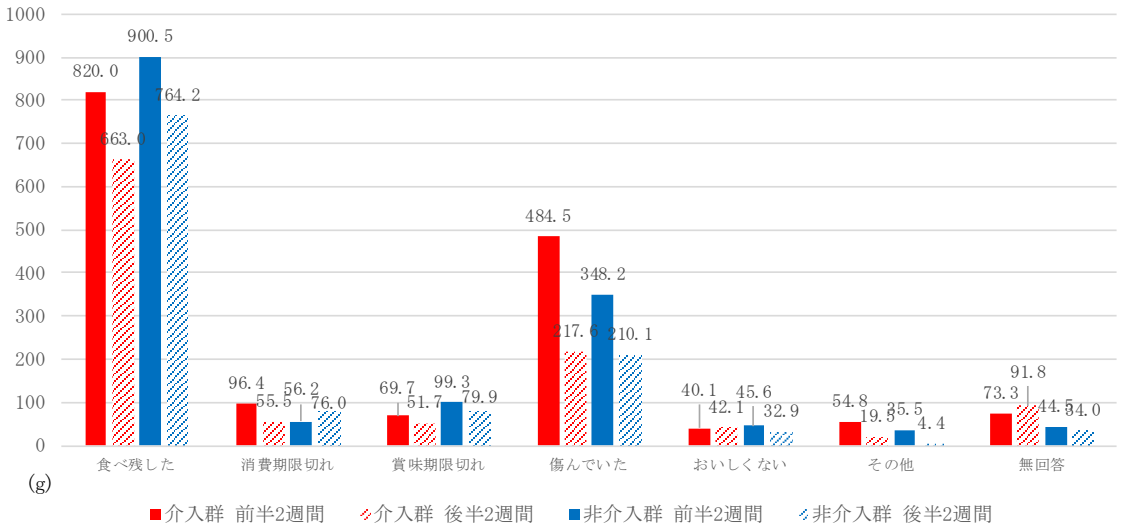
捨てた理由について「食べ残した」「消費期限切れ」「賞味期限切れ」「傷んでいた」「おいしくない」「その他」のいずれがあてはまるかを記録した結果、介入群・非介入群ともに「食べ残した」という理由で捨てた量が飛び抜けて多く、次いで「傷んでいた」が多かった（表 31 捨てた理由別の食品ロス量（飲料を含む場合）及び表 32 捨てた理由別の食品ロス量（飲料を含まない場合）及び図 20 捨てた理由別の食品ロス量（飲料を含む場合）及び図 21 捨てた理由別の食品ロス量（飲料を含まない場合））。削減の取組により、介入群では、前半２週間から後半２週間でほぼすべての項目で減少した。それでもなお、「食べ残した」「傷んでいた」という理由で捨てられる割合が高いままであった。

【A購入したもの】についてのみ、その金額を捨てた理由別にみると、「食べ残した」「消費期限切れ」「賞味期限切れ」「傷んでいた」という理由で捨てられたものの金額が高い傾向が見られた（表 33 【A購入したもの】を捨てた理由別の金額及び図 22 【A購入したもの】を捨てた理由別の金額）。

表 31 捨てた理由別の食品ロス量（飲料を含む場合）

群	対象期間	食べ残した	消費期限切れ	賞味期限切れ	傷んでいた	おいしくない	その他	無回答
介入群（50世帯）	前半2週間	820.0 g	96.4 g	69.7 g	484.5 g	40.1 g	54.8 g	73.3 g
	後半2週間	663.0 g	55.5 g	51.7 g	217.6 g	42.1 g	19.5 g	91.8 g
非介入群（53世帯）	前半2週間	900.5 g	56.2 g	99.3 g	348.2 g	45.6 g	35.5 g	44.5 g
	後半2週間	764.2 g	76.0 g	79.9 g	210.1 g	32.9 g	4.4 g	34.0 g

（３）削減取組の効果の把握・分析

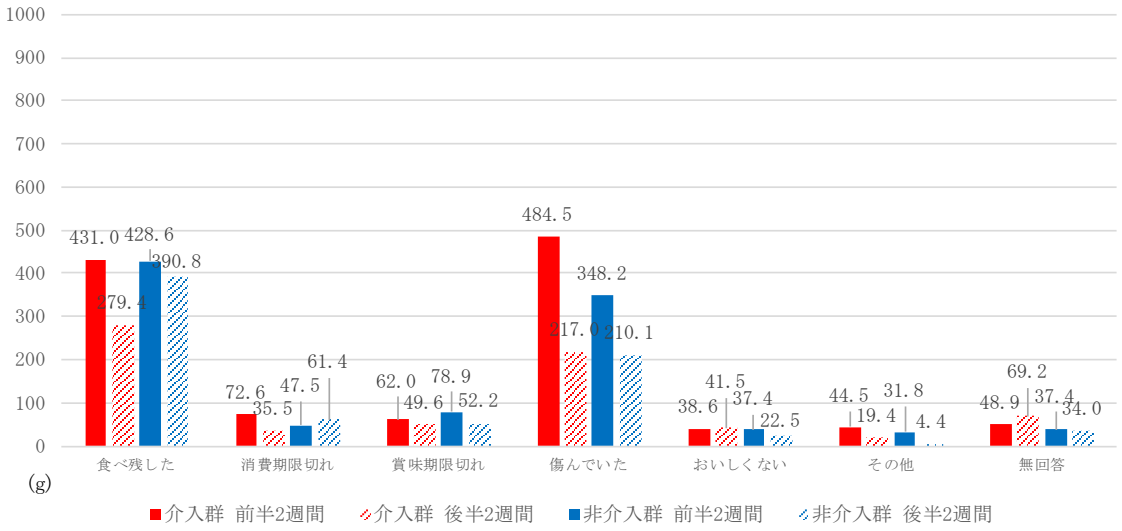


介入群：n=50 非介入群：n=53

図 20　捨てた理由別の食品ロス量（飲料を含む場合）

表 32　捨てた理由別の食品ロス量（飲料を含まない場合）

群	対象期間	食べ残した	消費期限切れ	賞味期限切れ	傷んでいた	おいしくない	その他	無回答
介入群（50世帯）	前半2週間	431.0 g	72.6 g	62.0 g	484.5 g	38.6 g	44.5 g	48.9 g
	後半2週間	279.4 g	35.5 g	49.6 g	217.0 g	41.5 g	19.4 g	69.2 g
非介入群（53世帯）	前半2週間	428.6 g	47.5 g	78.9 g	348.2 g	37.4 g	31.8 g	37.4 g
	後半2週間	390.8 g	61.4 g	52.2 g	210.1 g	22.5 g	4.4 g	34.0 g



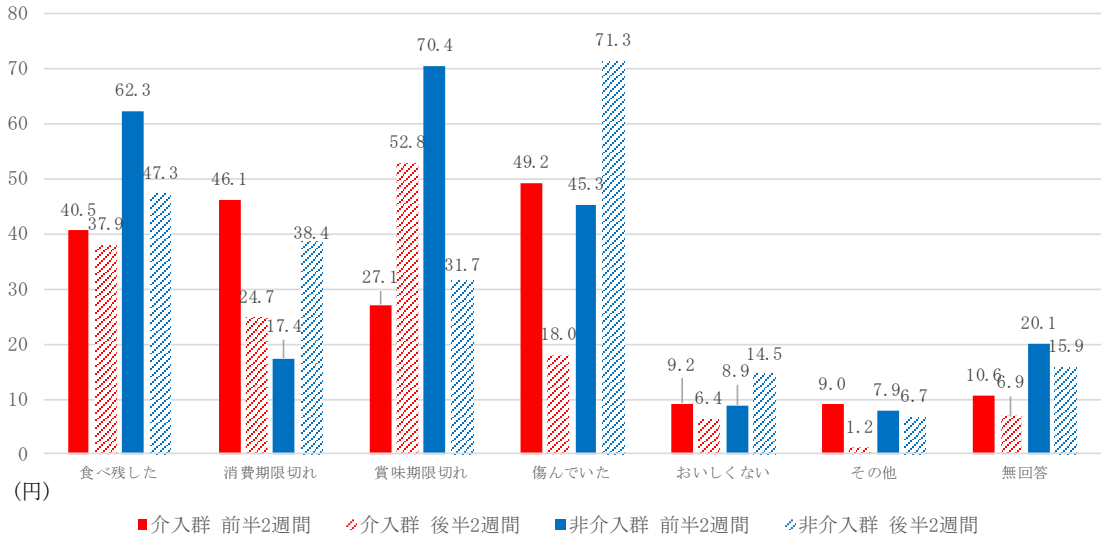
介入群：n=50 非介入群：n=53

図 21　捨てた理由別の食品ロス量（飲料を含まない場合）

（３）削減取組の効果の把握・分析

表 33　【A購入したもの】を捨てた理由別の金額

群	対象期間	食べ残した	消費期限切れ	賞味期限切れ	傷んでいた	おいしくない	その他	無回答
介入群（50世帯）	前半2週間	40.5 円	46.1 円	27.1 円	49.2 円	9.2 円	9.0 円	10.6 円
	後半2週間	37.9 円	24.7 円	52.8 円	18.0 円	6.4 円	1.2 円	6.9 円
非介入群（53世帯）	前半2週間	62.3 円	17.4 円	70.4 円	45.3 円	8.9 円	7.9 円	20.1 円
	後半2週間	47.3 円	38.4 円	31.7 円	71.3 円	14.5 円	6.7 円	15.9 円



介入群：n=50　非介入群：n=53

図 22　【A購入したもの】を捨てた理由別の金額

キ．モニター家庭の属性（構成人数）別の食品ロス量

モニター家庭には３人世帯から８人世帯があった。そのうち、３人世帯、４人世帯、５人世帯の各世帯及び６～８人世帯を合わせた４区分を、未就学児の有無によってさらに８区分に分けて、世帯あたり及び１人あたりの食品ロス量を比較した。その結果、介入群・非介入群、前半２週間・後半２週間を合計して属性別の食品ロス量をみると、飲料を除いた場合のみ、３人世帯から５人世帯については、構成人数が増えるに従って、世帯あたりの食品ロス量が増え、１人あたりの食品ロス量が減る傾向がみられた（表 34～表 37 及び図 23～図 26）。６～８人世帯では増加した。また、すべての区分において、未就学児のいる世帯のほうがいない世帯よりも食品ロス量が多い傾向がみられた。飲料を含む場合には、世帯構成人数や未就学児の有無による食品ロス量の傾向はみられなかった。

（３）削減取組の効果の把握・分析

表 34　モニター家庭の属性別の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含む）

属性		介入群		非介入群		合計
		前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間	
3人世帯	未就学児あり	999.9ｇ	790.0ｇ	1,341.0ｇ	1,065.1ｇ	4,196.0ｇ
	未就学児なし	863.2ｇ	573.8ｇ	1,258.3ｇ	1,048.7ｇ	3,744.1ｇ
4人世帯	未就学児あり	2,623.3ｇ	1,149.4ｇ	1,753.6ｇ	1,531.3ｇ	7,057.5ｇ
	未就学児なし	1,220.1ｇ	1,084.7ｇ	1,490.5ｇ	1,111.9ｇ	4,907.2ｇ
5人世帯	未就学児あり	1,905.8ｇ	698.0ｇ	1,254.5ｇ	1,396.1ｇ	5,254.4ｇ
	未就学児なし	5,011.5ｇ	4,964.0ｇ	1,568.3ｇ	1,233.0ｇ	12,776.8ｇ
6～8人世帯	未就学児あり	5,021.0ｇ	6,807.0ｇ	2,744.0ｇ	1,705.0ｇ	16,277.0ｇ
	未就学児なし	1,806.0ｇ	2,326.0ｇ	2,733.0ｇ	1,056.0ｇ	7,921.0ｇ

非介入群2世帯は世帯人数が不明であるため表中に含まれていない。

表 35　モニター家庭の属性別の１人あたりの食品ロス量（飲料を含む）

属性		介入群		非介入群		合計
		前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間	
3人世帯	未就学児あり	333.3ｇ	263.3ｇ	447.0ｇ	355.0ｇ	1,398.7ｇ
	未就学児なし	287.7ｇ	191.3ｇ	419.4ｇ	349.6ｇ	1,248.0ｇ
4人世帯	未就学児あり	655.8ｇ	287.3ｇ	438.4ｇ	382.8ｇ	1,764.4ｇ
	未就学児なし	305.0ｇ	271.2ｇ	372.6ｇ	278.0ｇ	1,226.8ｇ
5人世帯	未就学児あり	381.2ｇ	139.6ｇ	250.9ｇ	279.2ｇ	1,050.9ｇ
	未就学児なし	1,002.3ｇ	992.8ｇ	313.7ｇ	246.6ｇ	2,555.4ｇ
6～8人世帯	未就学児あり	717.3ｇ	972.4ｇ	457.3ｇ	284.2ｇ	2,431.2ｇ
	未就学児なし	301.0ｇ	129.2ｇ	341.6ｇ	132.0ｇ	903.8ｇ

非介入群2世帯は世帯人数が不明であるため表中に含まれていない。

（３）削減取組の効果の把握・分析

表 36　モニター家庭の属性別の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含まない）

属性		介入群		非介入群		合計
		前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間	
3人	未就学児あり	674.7ｇ	492.9ｇ	1,338.7ｇ	1,016.1ｇ	3,522.4ｇ
	未就学児なし	714.1ｇ	516.4ｇ	940.3ｇ	758.0ｇ	2,928.8ｇ
4人	未就学児あり	1,834.9ｇ	617.5ｇ	1,042.1ｇ	871.7ｇ	4,366.2ｇ
	未就学児なし	995.3ｇ	824.3ｇ	848.8ｇ	680.2ｇ	3,348.6ｇ
5人	未就学児あり	1,786.0ｇ	698.0ｇ	1,062.8ｇ	950.9ｇ	4,497.6ｇ
	未就学児なし	1,310.5ｇ	914.5ｇ	946.3ｇ	496.3ｇ	3,667.7ｇ
6～8人世帯	未就学児あり	3,736.0ｇ	3,634.0ｇ	1,973.0ｇ	456.0ｇ	9,799.0ｇ
	未就学児なし	1,656.0ｇ	2,326.0ｇ	1,033.0ｇ	1,056.0ｇ	6,071.0ｇ

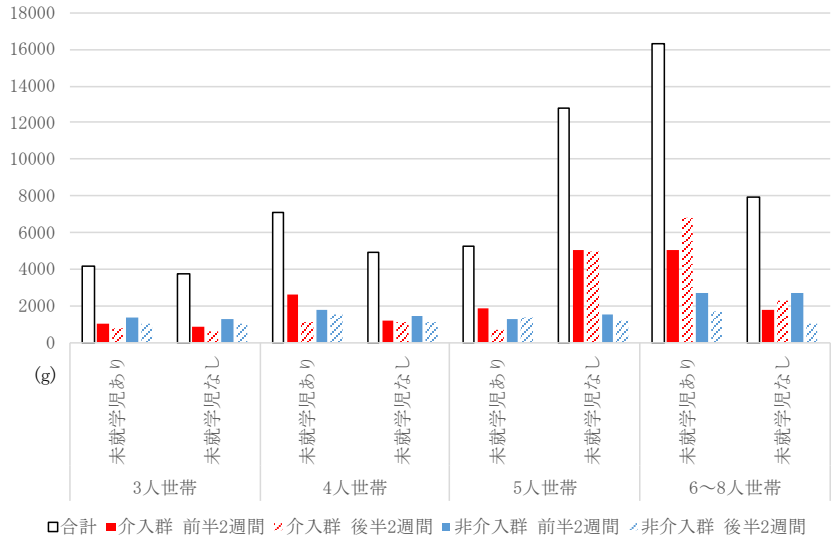
非介入群2世帯は世帯人数が不明であるため表中に含まれていない。

表 37　モニター家庭の属性別の１人あたりの食品ロス量（飲料を含まない）

属性		介入群		非介入群		合計
		前半2週間	後半2週間	前半2週間	後半2週間	
3人	未就学児あり	224.9ｇ	164.3ｇ	446.2ｇ	338.7ｇ	1,174.1ｇ
	未就学児なし	238.0ｇ	172.1ｇ	313.4ｇ	252.7ｇ	976.3ｇ
4人	未就学児あり	458.7ｇ	154.4ｇ	260.5ｇ	217.9ｇ	1,091.5ｇ
	未就学児なし	248.8ｇ	206.1ｇ	212.2ｇ	170.0ｇ	837.2ｇ
5人	未就学児あり	357.2ｇ	139.6ｇ	212.6ｇ	190.2ｇ	899.5ｇ
	未就学児なし	262.1ｇ	182.9ｇ	189.3ｇ	99.3ｇ	733.5ｇ
6～8人世帯	未就学児あり	533.7ｇ	519.1ｇ	328.8ｇ	76.0ｇ	1,457.7ｇ
	未就学児なし	276.0ｇ	129.2ｇ	129.1ｇ	132.0ｇ	666.3ｇ

非介入群2世帯は世帯人数が不明であるため表中に含まれていない。

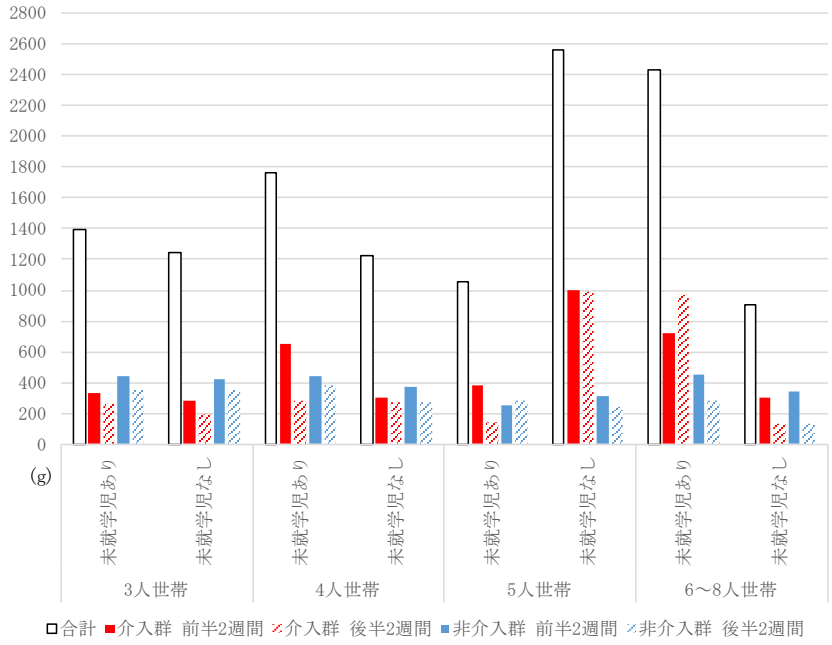
（３）削減取組の効果の把握・分析



介入群：n=50　非介入群：n=51

非介入群２世帯は世帯人数が不明であるため含まれていない。

図 23　モニター家庭の属性別の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含む）

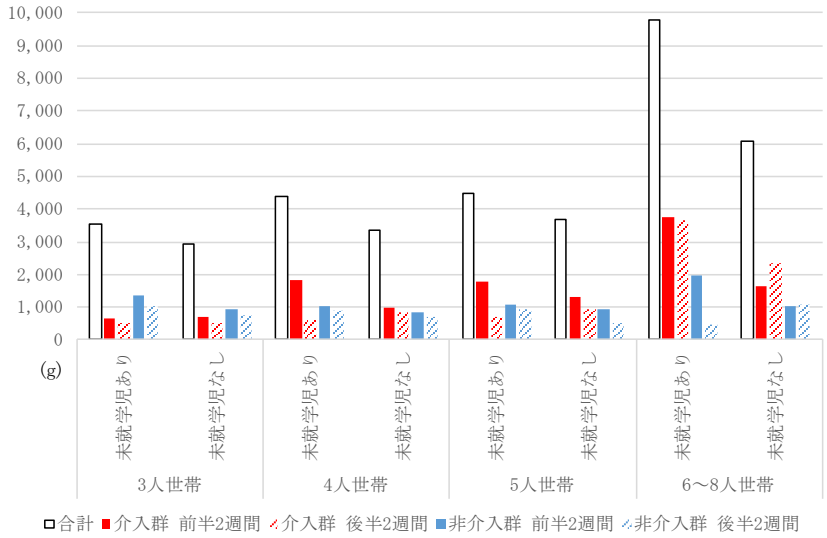


介入群：n=195　非介入群：n=207

非介入群２世帯は世帯人数が不明であるため含まれていない。

図 24　モニター家庭の属性別の１人あたりの食品ロス量（飲料を含む）

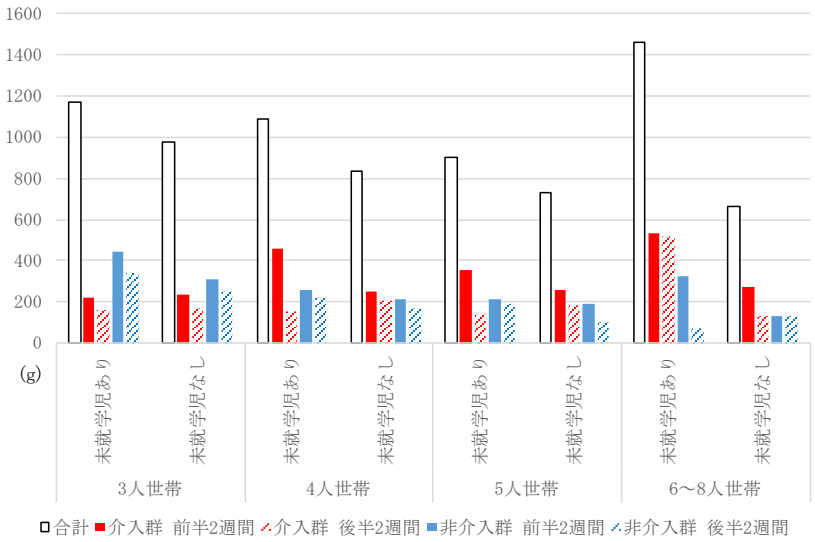
（３）削減取組の効果の把握・分析



介入群：n=195　非介入群：n=207

非介入群２世帯は世帯人数が不明であるため含まれていない。

図 25　モニター家庭の属性別の１世帯あたりの食品ロス量（飲料を含まない）



介入群：n=195　非介入群：n=207

非介入群２世帯は世帯人数が不明であるため含まれていない。

図 26　モニター家庭の属性別の１人あたりの食品ロス量（飲料を含まない）

（３）削減取組の効果の把握・分析

ク．食品ロスの内訳と特徴

【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】の項目別の重量割合を出した結果、【B金額が不明瞭なもの】の飲料（25.2%）、家で調理したもの（23.8%）、もらいもの（22.1%）が多かった（図 27　【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】の項目別重量割合）。なお、【B金額が不明瞭なもの】の飲料については、家で沸かしたお茶が最も多くを占めている。

図 28～図 31 では、介入群・非介入群のそれぞれの前半と後半における食品ロスの内訳を示している。

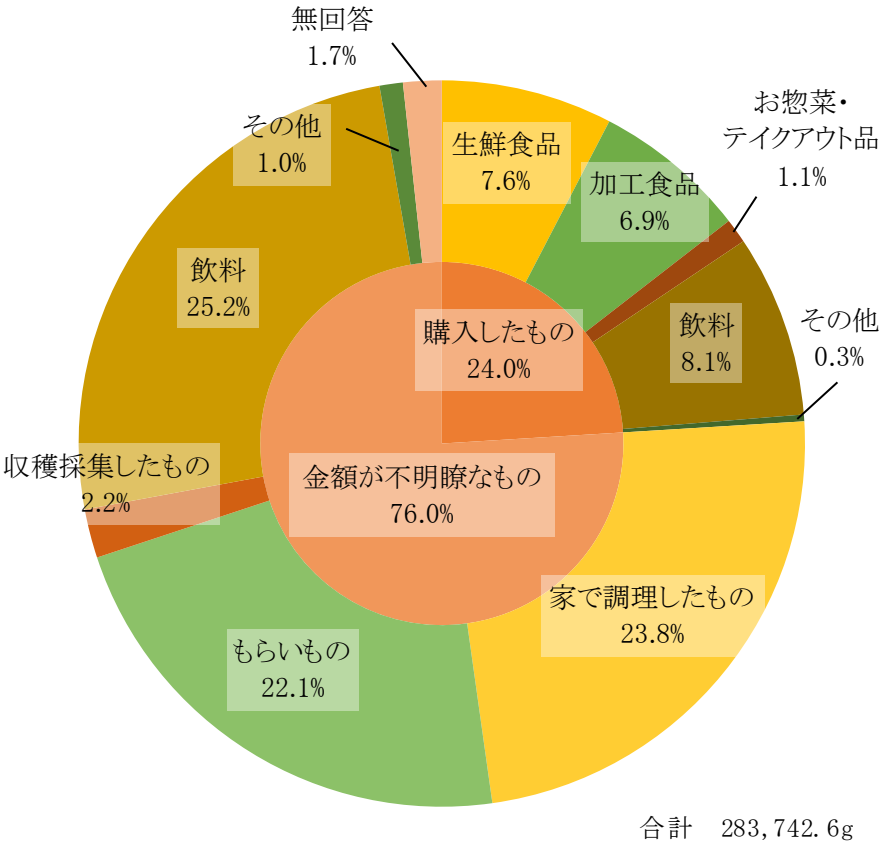


図 27　【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】の項目別重量割合
（飲料を含む）

（３）削減取組の効果の把握・分析

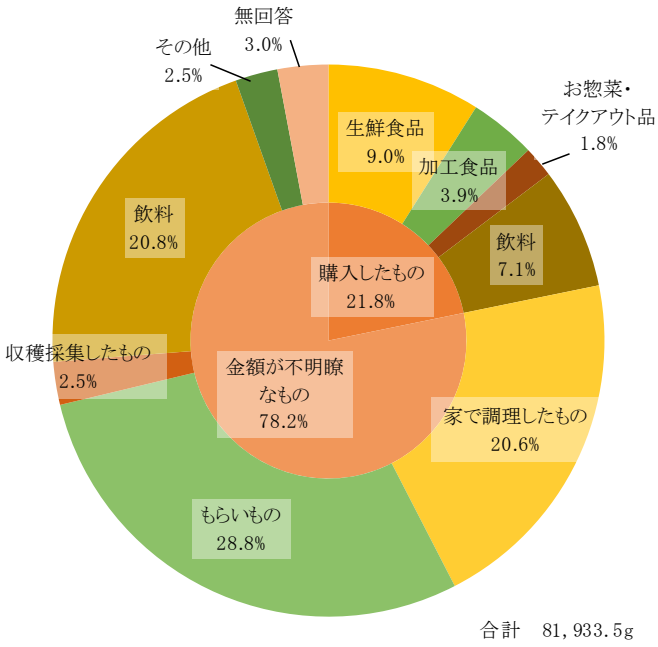


図 28　介入群（前半）【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】の項目別重量割合（飲料を含む）

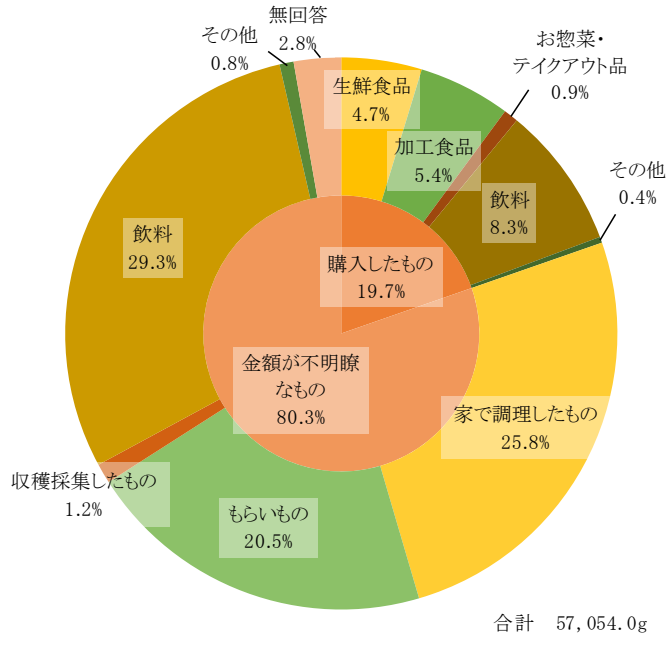


図 29　介入群（後半）【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】の項目別重量割合（飲料を含む）

（３）削減取組の効果の把握・分析

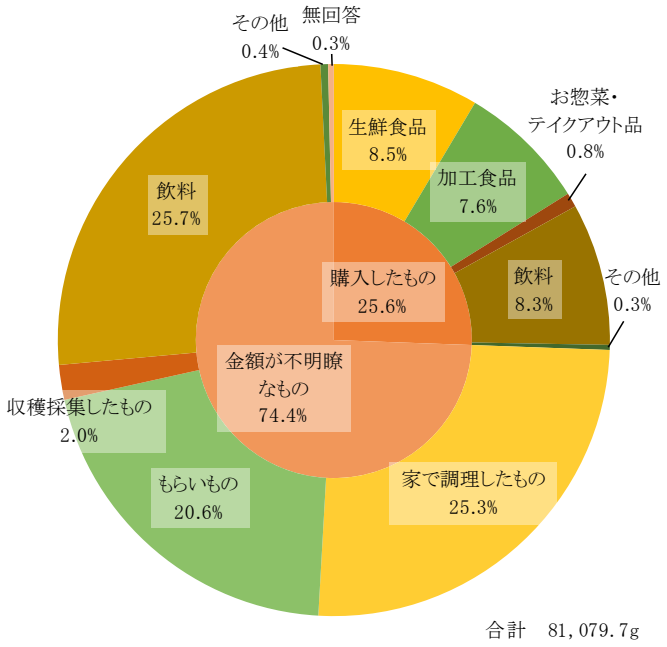


図 30　非介入群（前半）【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】の項目別重量割合（飲料を含む）

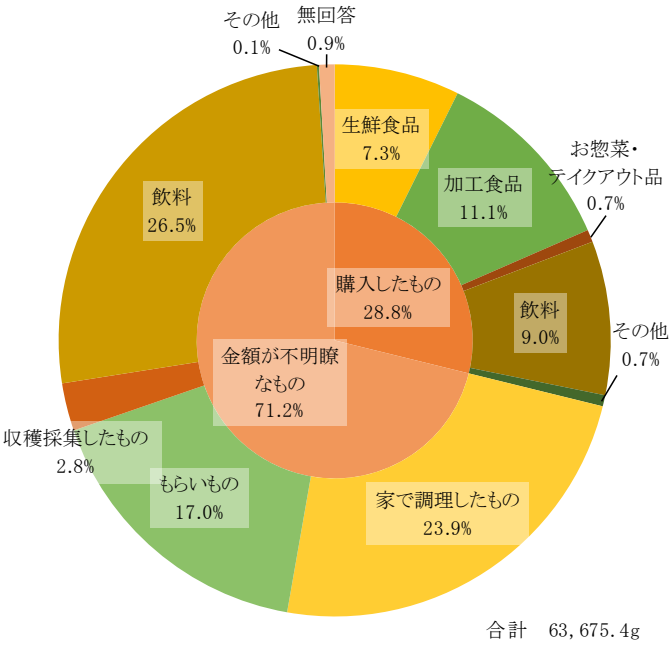


図 31　非介入群（後半）【A購入したもの】と【B金額が不明瞭なもの】の項目別重量割合（飲料を含む）

（３）削減取組の効果の把握・分析

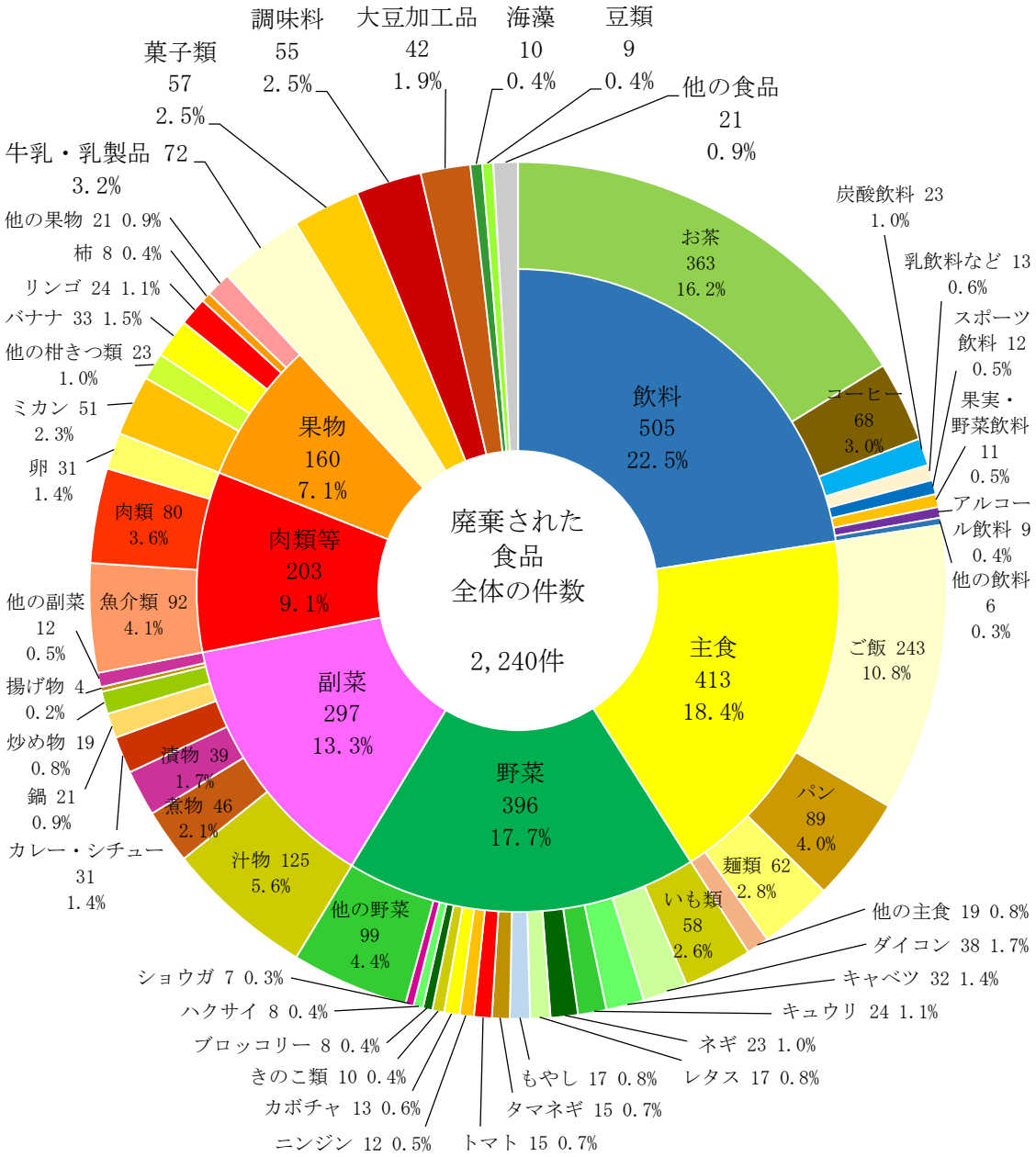
食品・お買い物ダイアリーの中で廃棄件数及び重量別の食品ロスの内訳を求めた。ご飯・パンなどの主にエネルギーを摂取することを目的とした食品については、「主食」に分類した。主食以外で、概ね単一の食材で成り立っていると判断できるもの（野菜など）については該当する食材に分類し、複数の食材で成り立っていると判断できるものについては「副菜」に分類した。主食と副菜が合わさったもの（例：弁当）など上記に該当しないものや不明なものについては「他の食品」に分類した。また、「牛乳・乳製品」及び「大豆加工品」に該当しない飲料については、この図には含めていない。醤油は「調味料」に分類した。

その結果、件数別では飲料 22.5%が最も多く、主食 18.4%、野菜 17.7%、副菜 13.3%の順に並んだ（図 32　介入群・非介入群の廃棄された食品の件数別の内訳）。重量別にみても、飲料 31.6%が最も多く、野菜 15.4%、主食 14.2%、副菜 13.4%の順に並んだ（図 35 介入群・非介入群の廃棄された食品の重量別の内訳）。

廃棄された食品を件数別に、介入群の前半と後半（図 33　介入群において廃棄された食品の件数別の内訳）、非介入群の前半と後半（図 34　非介入群において廃棄された食品の件数別の内訳）について比較した結果、介入群では 638 件から 467 件に、非介入群では 618 件から 517 件に減少した。各食品（飲料、主食、野菜、副菜、肉類等、果物、牛乳・乳製品、菓子類、調味料、大豆加工品、海藻、豆類）の比率や、そのなかで高い割合で占めるもの（例えば野菜ではいも類、副菜では汁物など）には大きな変化は見られなかった。

廃棄された食品を重量別に、介入群の前半と後半（図 36　介入群において廃棄された食品の重量別の内訳）、非介入群の前半と後半（図 37　非介入群において廃棄された食品の重量別の内訳）について比較した結果、飲料と果物の比率が低くなり、主食、野菜、副菜、肉類等の比率は変わらなかった。また、介入群では主食のなかでご飯が占める割合が高くなり、野菜のなかでいも類が占める割合が減り、副菜のなかで汁物が占める割合が高くなった。また、非介入群においても果物の比率が低くなった。

（３）削減取組の効果の把握・分析



回答モニター103世帯

図 32　介入群・非介入群の廃棄された食品の件数別の内訳

（３）削減取組の効果の把握・分析

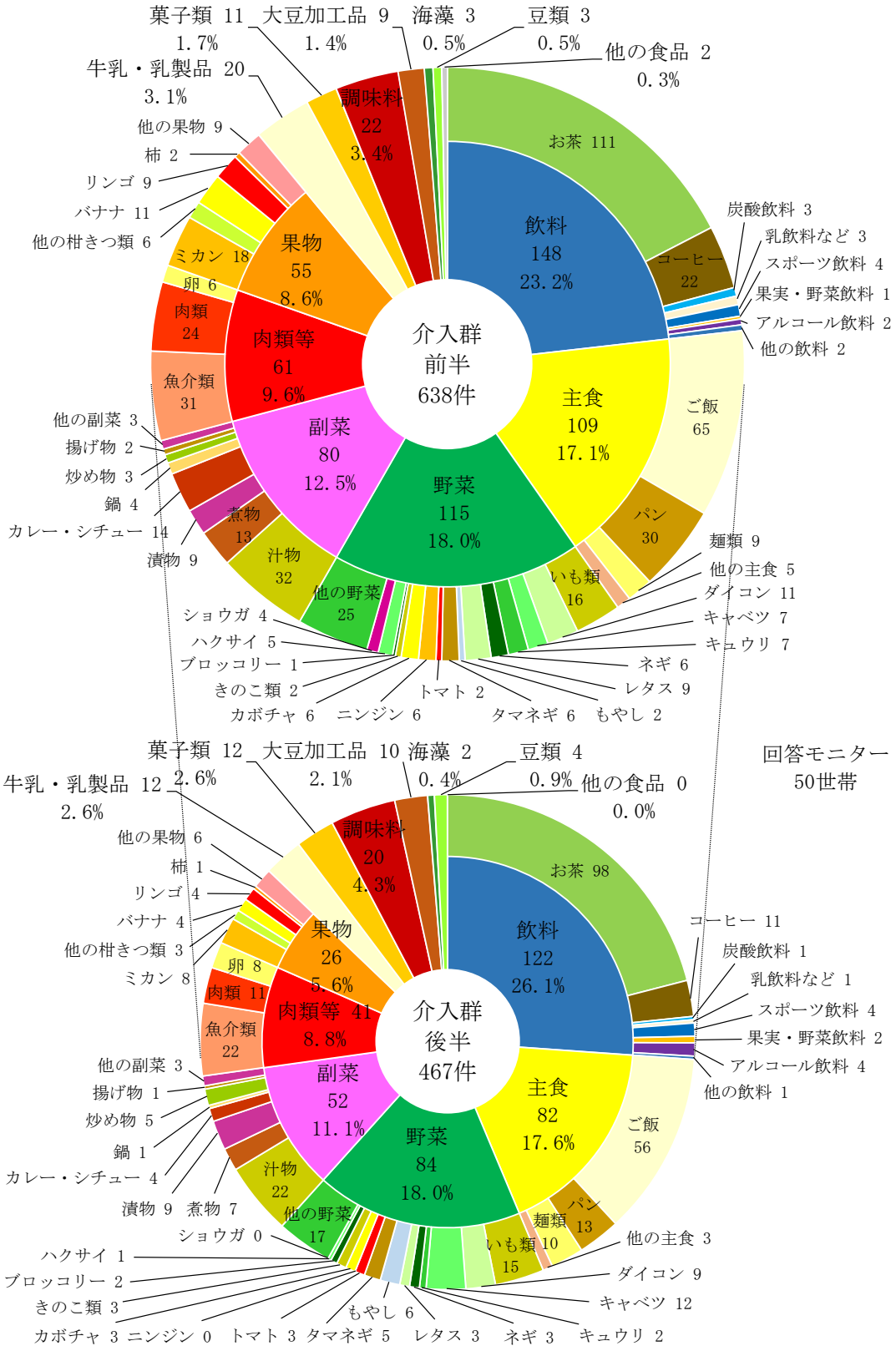


図 33　介入群において廃棄された食品の件数別の内訳
（円の大きさは量を表している）

（３）削減取組の効果の把握・分析

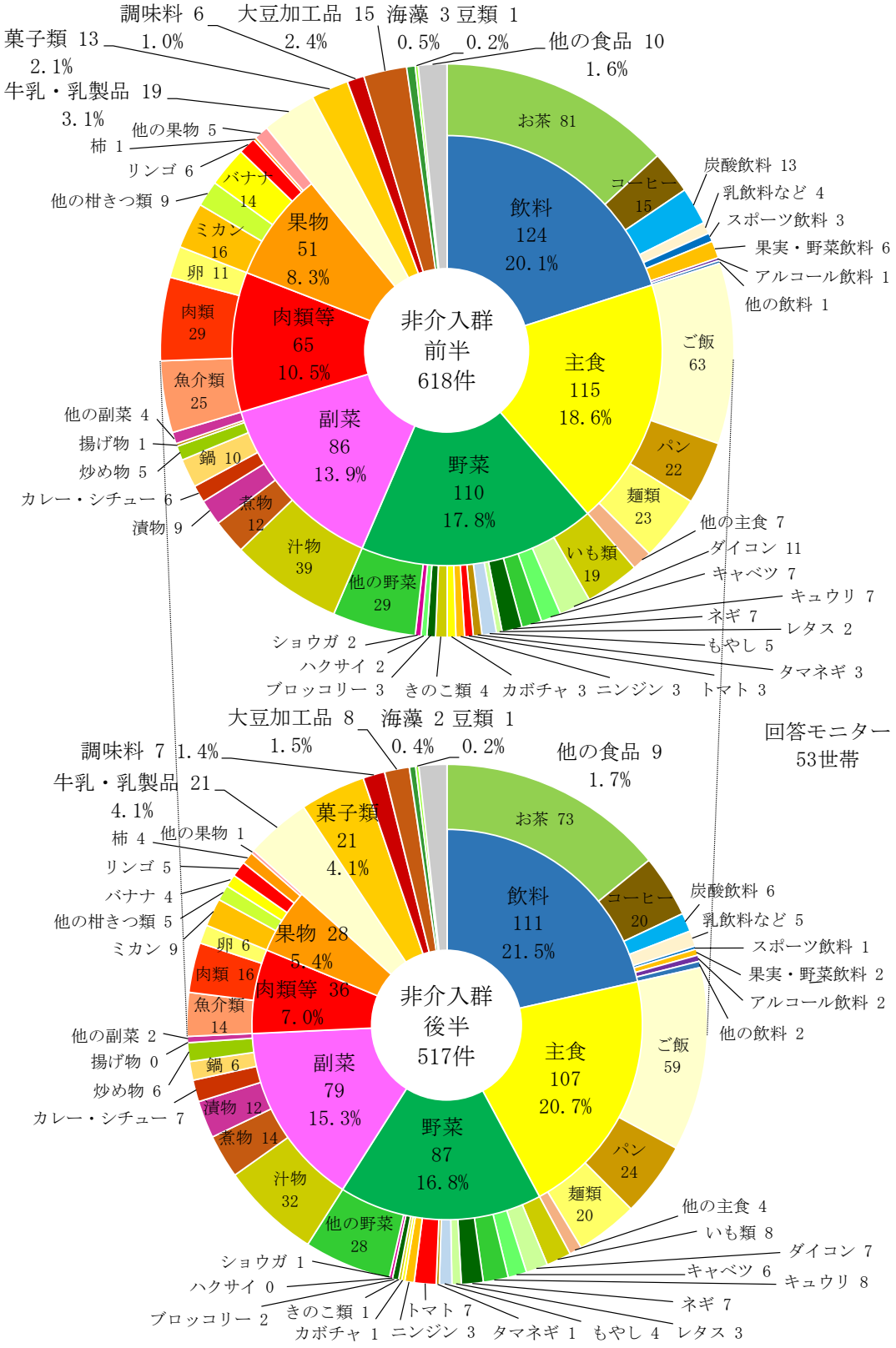


図 34　非介入群において廃棄された食品の件数別の内訳
（円の大きさは量を表している）

（３）削減取組の効果の把握・分析

次に、廃棄された食品を重量別に、また介入群の前半と後半、非介入群の前半と後半について比較した。重量の記載があった物のみを対象としたため、n が前出の廃棄件数とは一致しない。

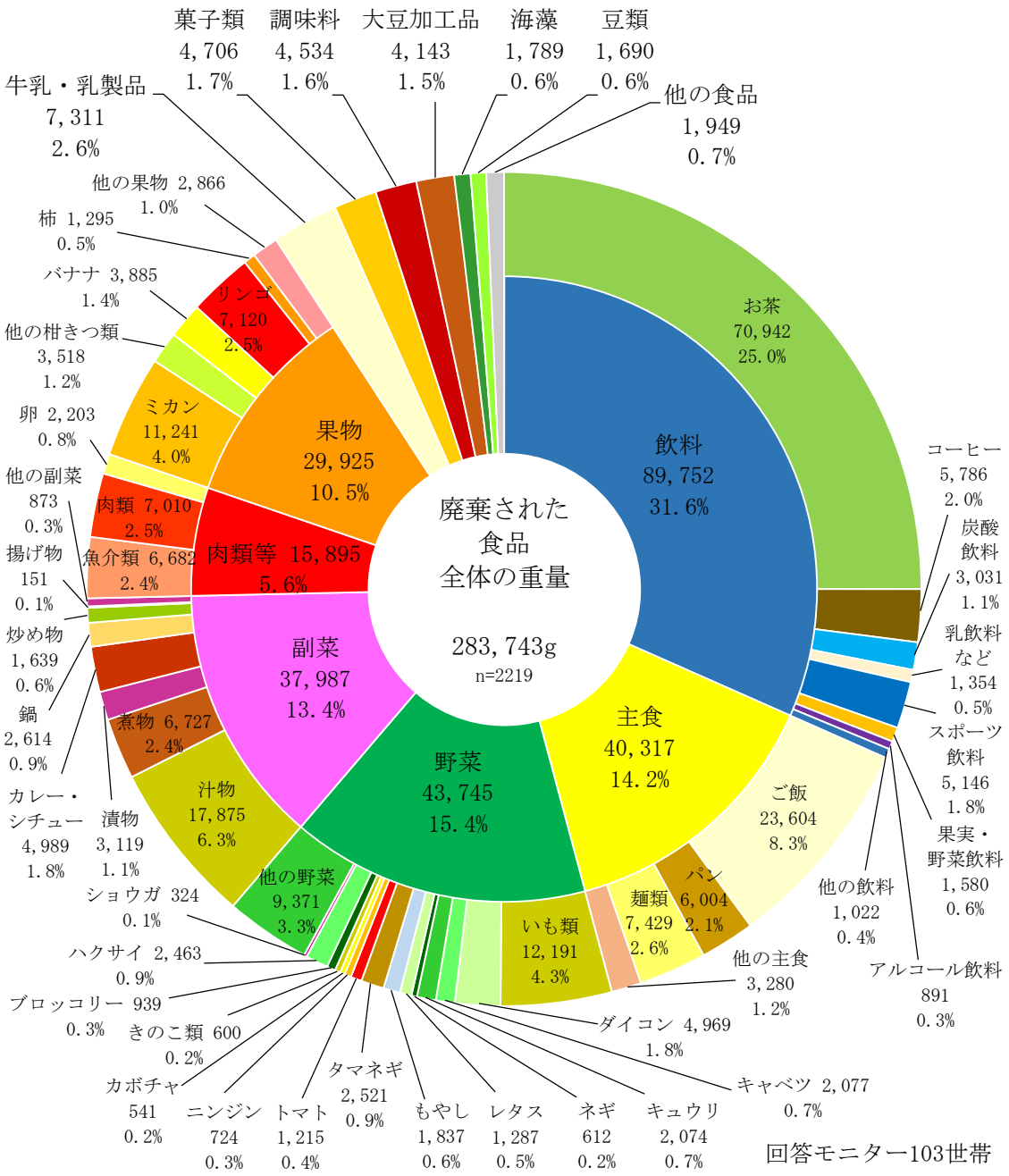


図 35　介入群・非介入群の廃棄された食品の重量別の内訳

（３）削減取組の効果の把握・分析

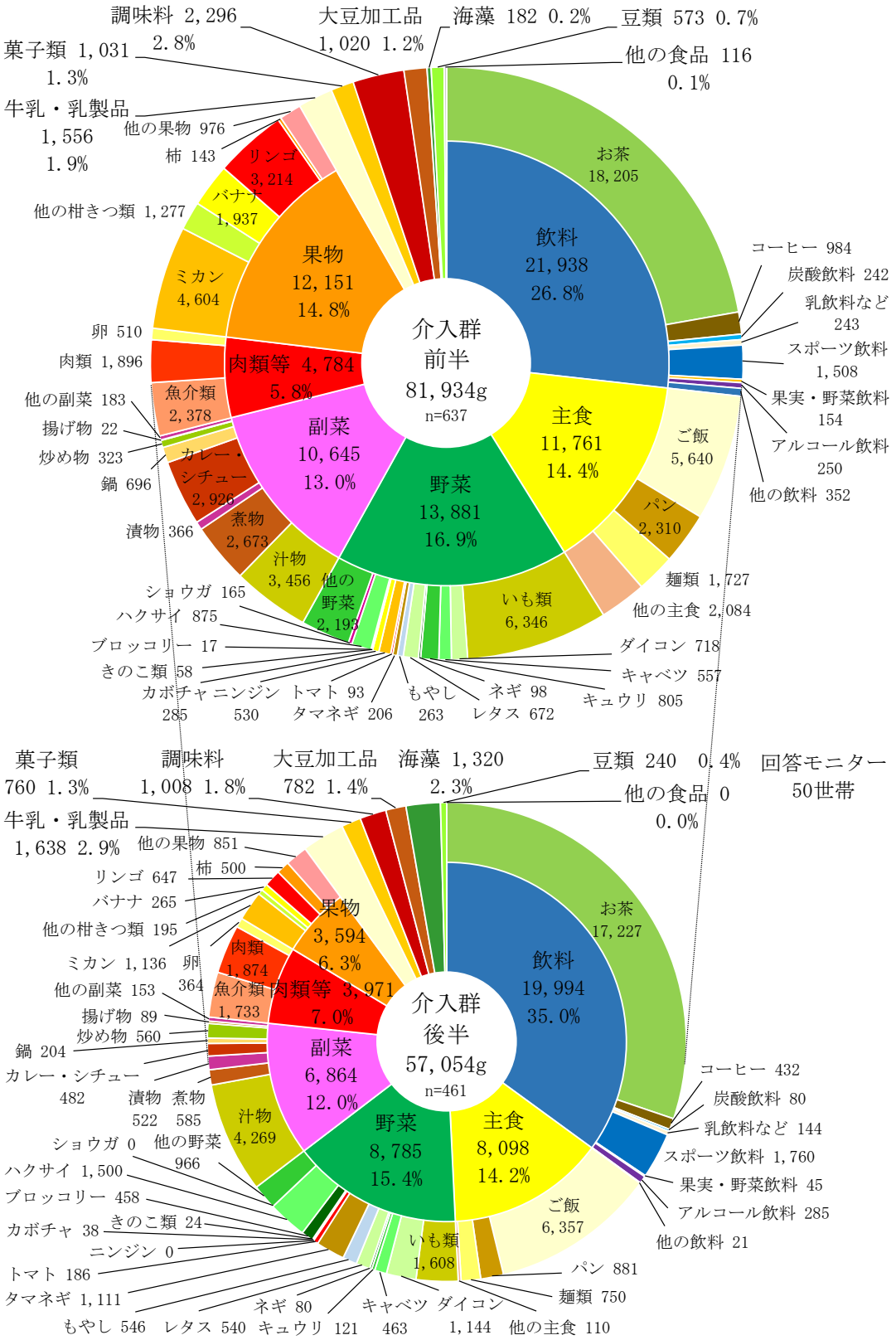


図 36　介入群において廃棄された食品の重量別の内訳

（円の大きさは量を表している）

（３）削減取組の効果の把握・分析

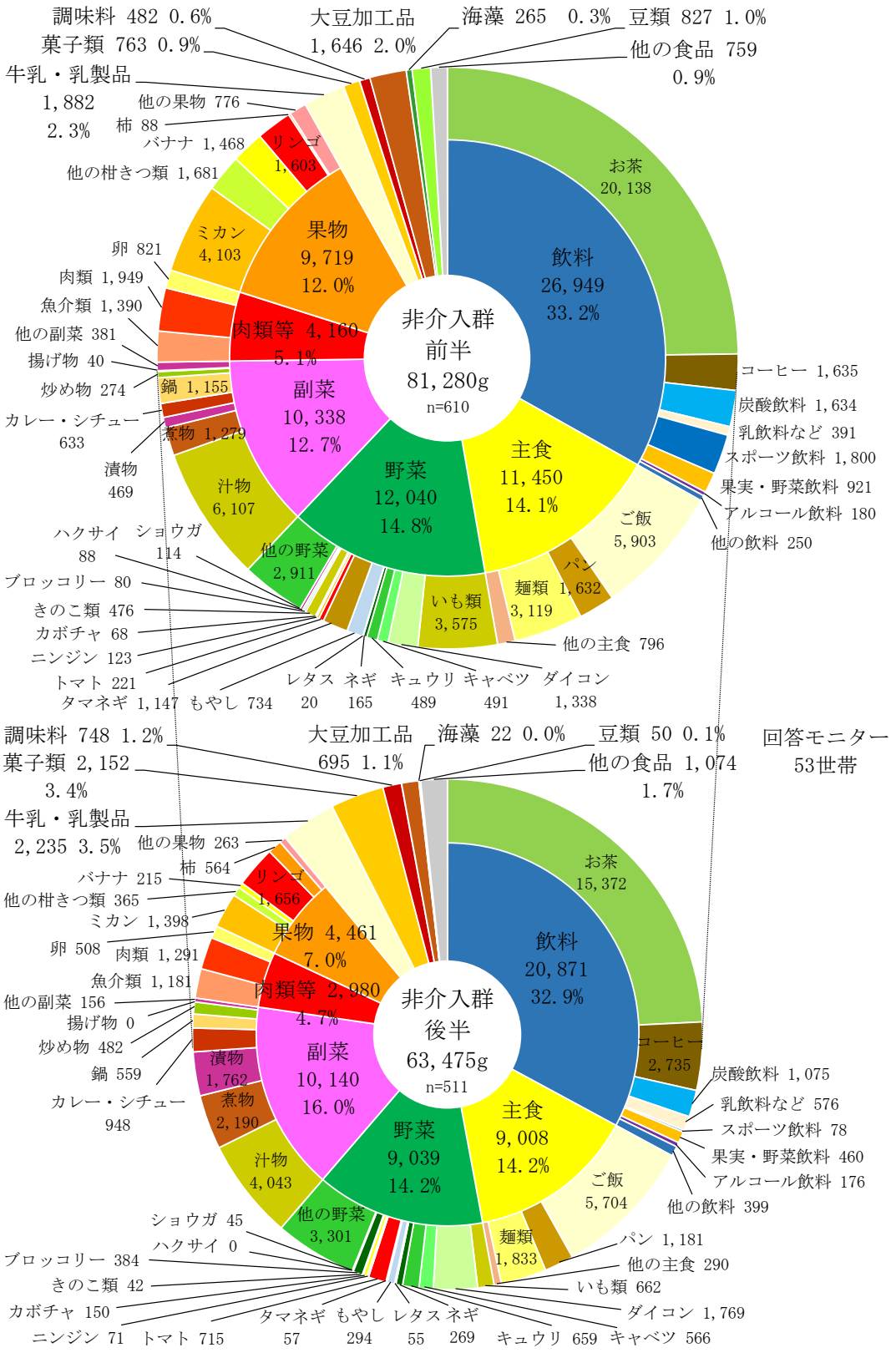
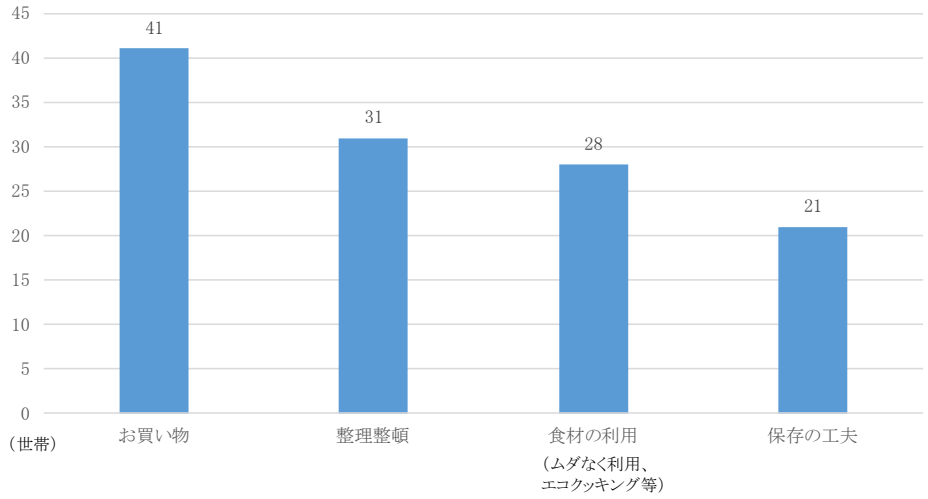


図 37　非介入群において廃棄された食品の重量別の内訳
（円の大きさは量を表している）

（３）削減取組の効果の把握・分析

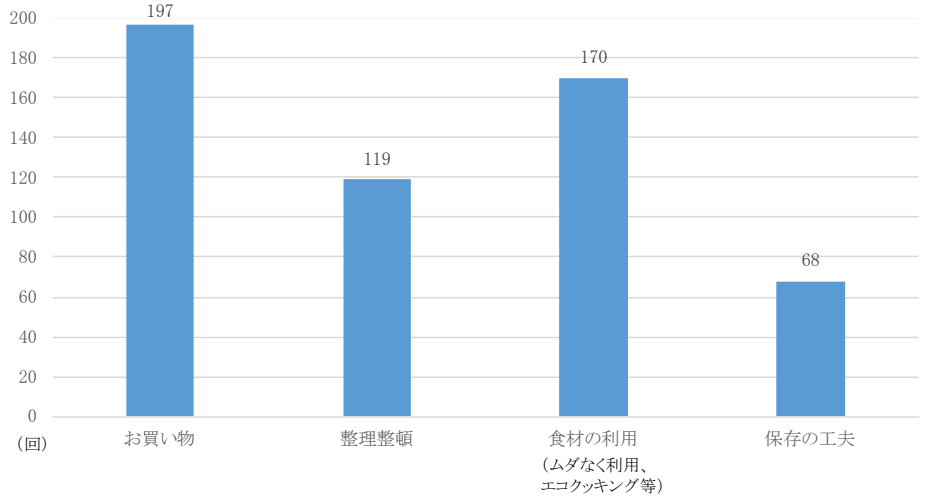
ケ．今日の取組

介入群には、ダイアリーの後半２週間の調査票の中で「今日の取組（今日行った取組にチェック）」という項目を設け、毎日取り組んだ項目にチェックを入れるようにした。そのチェック回数を集計した結果、「お買い物」について工夫した世帯（41 世帯）が最も多かった（図 38 「今日の取組」の取組別実施世帯数）。次に、２週間ののべ回答数をまとめた結果、お買い物が 197 回で最も多かった（図 39 「今日の取組」の取組別実施のべ回数）。さらに、同じ人が何回取り組んだかという割合を取組別に出した結果、「お買い物」と「食材の利用」に複数回取り組んだ世帯が多く、「食材の保管」を繰り返し実施した世帯は少なかった（図 40～図 43）。



（n=50）

図 38 「今日の取組」の取組別実施世帯数



（n=50）

図 39 「今日の取組」の取組別実施のべ回数

（３）削減取組の効果の把握・分析

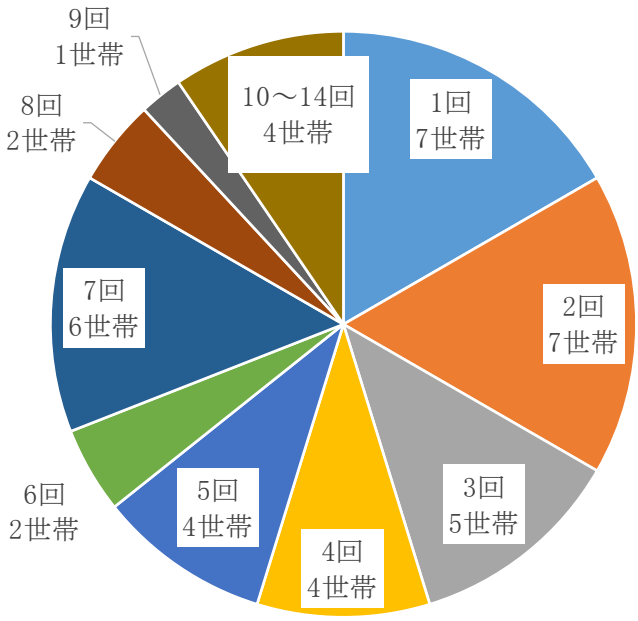


図 40　「今日の取組」の回答回数別世帯数割合（お買い物）

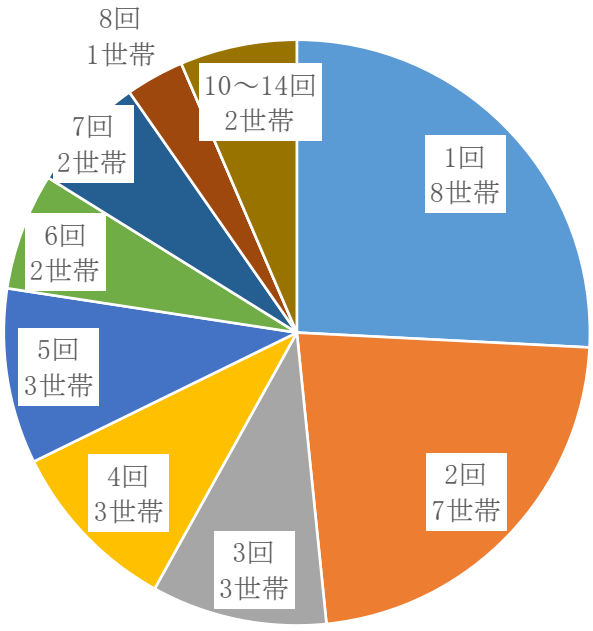


図 41　「今日の取組」の回答回数別世帯数割合（整理整頓）

（３）削減取組の効果の把握・分析

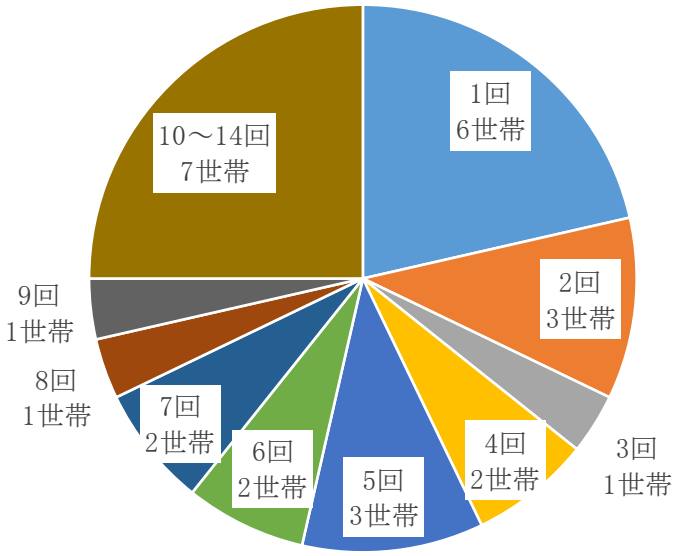


図 42　「今日の取組」の回答回数別世帯数割合（食材の利用）

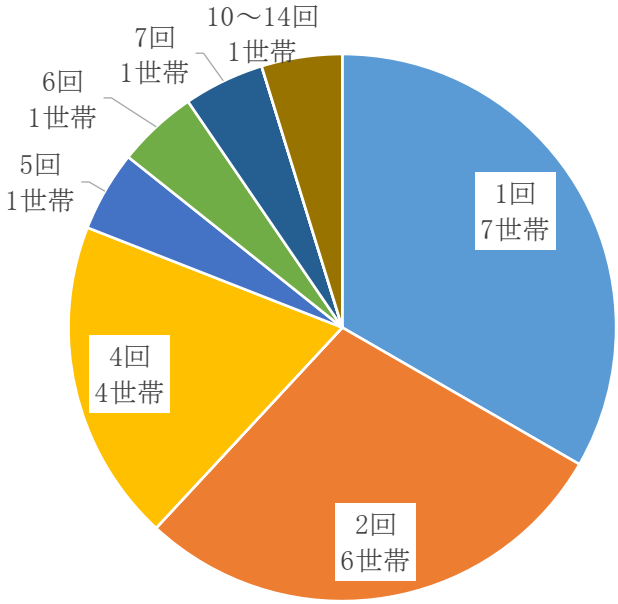


図 43　「今日の取組」の回答回数別世帯数割合（保存の工夫）

コ．【ポイントメモ】の自由記述内容

介入群には、ダイアリーの後半２週間の調査票の中で、「【ポイントメモ】今日の取組で気がついた点やよくできた点を記載してください。」という項目を設け、毎日記録をつけることを依頼した。記載されたことを件数別に集計した結果、エコクッキングの工夫が 36%と最も多かった（図 44　食品ロス削減の工夫）。今日の取組の集計結果では、お買い物に関す

る取組をしたと回答した世帯が多かったが、自由記述では、エコクッキングについての内容が多くなった（表 38　食品ロス削減の工夫）。

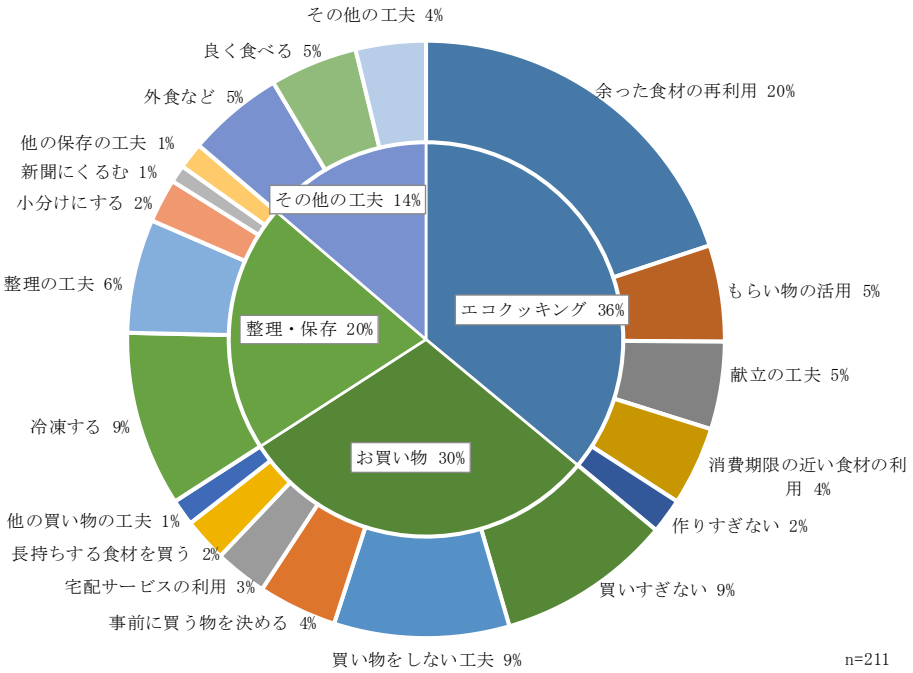


図 44　食品ロス削減の工夫

表 38　食品ロス削減の工夫

原文のまま記載

■エコクッキング

－余った食材の再利用－

・「消費者庁のキッチン」レシピより。ブロッコリーの皮のきんぴらを作った。
・「消費者庁のキッチン」レシピより。じゃがいものチヂミ風を作った。
・余ったジュースを捨てずに製氷皿に入れ、凍らせて子供のおやつにした。
・余った野菜を使ってミネストローネを作り、冷蔵庫スッキリ。たくさん使った
・ずっとストックしていたカレールーを使い、明日はカレーにアレンジします。
・いつも捨てるガリを明日の料理につかう用に保存してみました。
・大掃除の時パスタがたくさんでたので、卵だけ買い足し、カルボナーラを作った。
・おにぎりは余ったらおじやに使ったりしている。
・かぶらの葉をみそ汁に使って食べきった。
・昨日の残りはお弁当に入れた。
・昨日余ったおかずをたべきった。（弁当と夕食のおかずで利用）
・キャベツがたくさんあったので、お好み焼きを作って食べた。

（３）削減取組の効果の把握・分析

・キャベツがたくさんあったので、整理のため、お好み焼きにした。
・キャベツの外側の堅い葉をお好み焼に使って食べきった。
・今日は、節分で手巻き寿司をしましたが、家族みんながたくさん食べてくれて少しだけ残った野菜などは、明日の朝のサラダにしようと思います。
・魚はいつも市場で購入してくるので、新鮮なうちにお刺身で食べて、残った時には、漬けにして焼いて食べたりしています。
・さつまいもが傷み始めたので、カレーライスに入れる。
・賞味期限が過ぎていた豆腐の鍋セットがあったので、傷みそうな野菜と組み合わせて調理した。
・賞味期限切れを再調理して利用。
・前日の夕食の残りをサンドイッチにした。
・大根がたくさんあったので、常備食を作ったり、余った大根をすりおろして大根もちにした。
・大根の葉をみそ汁に使った。
・肉だんごのゆでたお湯で中華スープを作った。
・残った肉とうふはお弁当に入れた。
・残った物はお弁当に入れた。
・残りはお弁当に入れた。
・残りものの野菜を活用しておかずを作った（野菜いため・みそ汁）
・残り物をお弁当に活用。
・残り物をお弁当に活用した。
・残り物をお弁当に使った。
・のこり野菜を入れて具だくさんスープをつくりました。
・古い白菜がたくさんあったので、ぎょうざにして消費した。
・保存していた野菜などでポテトサラダを作った。
・麦茶を作るときピッチャーが２つしかないため、毎日残りを捨てていたが，コップに移し替えて一時保存することで捨てずに，新しい麦茶を作ることができるようになりました。
・もらいもののいちごがたくさんあったので、ジャムにして保存した。
・もらいもののいちごをジュースにして大量消費した。
・野菜室の残りものでスープを作った。
・りんごの味がわるかったので、りんごカップケーキにして食べた。
・冷蔵庫の中の余り物と畑の野菜で晩ご飯を作った。
・冷凍ごはんとトマト缶を使って、簡単トマトリゾットを作った(残り野菜も入れて)。
・我が家は残ると翌日の朝食もしくはお弁当に入れている。
・昨日デリバリーしたおすしのガリを豚肉のいためものに入れました。

（3）削減取組の効果の把握・分析

・残ったおかずはだいたいお弁当に入れている。
・「消費者庁のキッチン」レシピより。冷凍庫にあった冷凍うどんを使って、「みそキャベツあんかけ焼きそば」を焼きうどんにアレンジ。
・「消費者庁のキッチン」レシピより。こめこめお好み焼きを作ってみた。ボリュームアップで子どももよく食べた。

―もらい物の活用―
・たくさんの野菜をいただき、消費の方法に工夫が必要。すぐいたむから。
・もらいもののいちごがたくさんあったので、ジャムにして保存した。
・もらいもののいちごをジュースにして大量消費した。
・キャベツをたくさんもらったので、お好み焼きにした。
・冬野菜は祖父が家庭菜園で栽培してくれるので、できるだけその食材で調理するよう工夫した。「シチューに白菜」「ギョーザに白菜」「すき焼きに白菜」「大根サラダ」など。
・もらった大根を使って料理した。
・しいたけを冷凍した。初めての試み。(たくさんいただいたので)
・前日の反省により、もらったネギを洗って切って冷凍した。
・もらいもののほうれん草を下ゆでして何回分かにわけて保存(冷凍した)
・もらった野菜を洗って切り、使わない分を冷凍した。
・ブリ大根にした。(大根をいただいたので)

―献立の工夫―
・「アーサイ」という春野菜を見つけたので、家にあった食材を合わせて、天プラにした。食材をムダなく利用。
・インド風～など日頃のレパートリーでないものは早めにつかわないと忘れるな～と思いました。
・カレーを冷凍することを見越して、じゃがいも無しにしている。
・今日は全く食品ロスがなく、料理も工夫してできました。
・コーン缶ののこりをわすれてしまいそうだったのでカレーの中に入れてしまいました。
・子どものお土産を、ごはんにあい、子ども2人ともが好きな物にした。
・手羽先は、今日のメニューに。豚モモ肉は、明日以降用にみそ漬けにしておいた。
・残りの食材をチェックし、翌日の献立を考えた。
・玉ネギ徳用袋が届いたので、小アジを多めに購入して、南蛮漬けにした。

―消費期限の近い食材の利用―
・アーモンドプードルの消費期限が近いので、ドーナツを作った。

・傷みそうな食材を利用。
・傷みそうなものから、調理に使った。
・期限がせまってきた食材を利用した。
・期限の近い薄力粉を使用するためにカップケーキを作り、以前作った常備品のいちごジャムをかけ食べた。
・食品庫を見直すことで、すし酢の賞味期限が近いことが分かり、玉子ときゅうりを買い足して、ちらしずしを作った。
・豆腐の賞味期限がきていたので、予定していた献立以外に簡単に調理できる湯豆腐にする。
・もやしが傷みそうなので、使った。お弁当(おかず)の作りおきでストックをへらした。
・冷蔵庫内の古い食材から利用。

―作りすぎない―
・子供が風邪ぎみなので、作りすぎてあまらないよう注意しました。
・子供が風邪をひいているので、食べ残しが出ないよう、いつもより少なめに盛り付けしました。
・ビーフシチューをつくりましたが、明日から主人が出張なので、ルー全部ではなく食べきりでつくりました。
・必要なものしか調理しない。（作りすぎないように気をつけた）

■お買い物
―買いすぎない―
・家の食材が減った分だけを買う。なるべく新しいものを買う。
・必ず使う物だけ買った。
・キャベツは食べられる量だけ（半切）のものを選んだ。
・子供が熱を出したので、必要な物を 2 日分程度、食べきるよう考えて買い物をした。
・飲み物は期限内に飲みきれるものを購入した。
・スーパーのサービスデーでしたが、買いすぎないように注意しました。
・節分の恵方巻についても食べられる分のみを購入できるようになった。
・食べきれるものだけ買う。
・足りないものだけを買った。
・使う物だけを考えて、買い物。不要な物は買わない。
・特売日、ポイント UP 日だったがムダ買いはやめ、必要なものだけを買った。
・パンをたくさん買いたい気持ちをセーブした。必要な量(数)しか買わなかった。
・必要なものだけを買った。
・必要なものだけを買った。冷蔵庫の残り物を活用した。

（3）削減取組の効果の把握・分析

・日々の調理の中で使う分のみを購入するようになってきている。
・まとめ買いをがまんし、食べられる分だけにした。
・野菜が高いので、なるべく食べ切れるサイズのものを購入している。
・野菜などは、食べきれる分だけ購入した。
・使い回しのできる野菜が使いきれる量の野菜を購入。
・少し割高になっても、余分に買わないようにした。

―買い物をしない工夫―
・朝から雨が降って、時折、どしゃぶりだったので、家で過ごしました。家で冷蔵庫などにある食材で料理をしたので、ムダなく利用できたと思います。
・家にある物で料理。
・お買い物(スーパー)には行かずにすますことができた。
・買いたしをひかえました。
・買い物なし。
・買い物に出かけず冷凍保存していた食材を使ったメニューにした。
・買い物をせずに冷蔵庫のものだけでごはんを作った。
・在庫整理　あるもので料理しました。
・仕事でつかれたので購入したが好きなものをたくさんでなく家にごはんがあったのでおかずのみ購入した。
・ストックしてあった食材を使い切るために、買物に出かけなかった。
・前日の買い物や家にあるもので作った。
・前々日の買い物した分で作った。
・冷蔵庫にある食材(肉)を利用して、夕食準備。今までは、冷蔵庫にあるのが、わかっていても、買いものに行った際についでに購入することが多かった。
・冷蔵庫にある物で料理した。
・冷蔵庫の中に食材が残っていたので買い物に行かなかった。
・冷蔵庫の中をチェックしたら今日の献立を思いついたので買い物に行かなかった。
・冷凍庫に沢山肉などがあったので、じゃがいも・にんじん・玉ねぎなど常備できる野菜とくみ合わせてシチューを作る。買い物へ行かず済ませた。
・帰宅後夜は私が寝込んだため、炊飯器に残っているごはん等で子どもが自分で食事。
・食パンを家族分買いたす前に、子供→パン、大人→ごはんで朝食をすませました。

―事前に買う物を決める―
・こんだてを決めてから、食材を購入した(ブロッコリー)。
・おなかがすいている時間はさけてスーパーへ行った。作りたいメニューを頭の中で整理してから行った。

（3）削減取組の効果の把握・分析

・買い物に行き安売りのものが気になったが、必要なものを把握できていたので思いとどまる事ができた。
・買いものに行く前に必要な品と店舗を考え、よけいな買いものをしないようにディスカウントショップへでかけた。冷蔵庫内の食品チェックをし、在庫メモを作った。
・買い物に行く前に冷蔵庫をチェックし、必要な物を買った。
・買いものメモを持参した。
・当面のメニューを考えて買い物をした。
・何に使うか決めてから買った。
・こん立てをきめてから、食材を購入した。

―宅配サービスの利用―
・今日の夕飯はヨシケイ。人数分に適した量の材料が届くので食べ残しなし。
・なるべく生協で購入したものを使い、買いものにはあまり行っていない。
・夕食はヨシケイ。食べ残しなし。
・夕食はヨシケイ。食べ残しなし。
・夕食はヨシケイ。メニューは昨日の裏面に記載。食べ残しなし。
・普段はヨシケイなので週末のみ買い物をしている。なので、あまり食べ残しはなく、冷蔵庫はスッキリしている方だと思う。

―長持ちする食材を買う―
・なるべく新しいものを買う。
・長もちする根菜も買いました。
・普段あまり買わないが、保存食になり、料理のバリエーションも増えそうなホールトマト缶を買った。
・冷凍保存した(食パン)賞味期限が長いものを購入する。
・子供の行事がこれから忙しくなるので、鮮度のなるべくよい野菜を選びました。

―他の買い物の工夫―
・ヨーグルトは毎日食べるので、消費期限切れしないと買い込んだ。(きっと大丈夫)
・いつも同じものを買うので、食べ(飲み)切れる量がわかる。
・今日食べるとわかっているものは、消費期限のせまっている食品を購入した。

■保存の工夫
―冷凍する―
・1 週間分の献立を冷蔵庫の中身で考えて、足りないものだけ買い足した。お弁当の材料の作りおきして、冷凍した。

（3）削減取組の効果の把握・分析

・青菜など、傷みやすいものは購入してすぐゆがいたり、軽く調理をして、残れば冷凍保存したりしています。
・余った豚肉は冷凍保存したので近いうちに忘れないように使い切りたい。
・コーヒー(粉)は冷凍保存。
・ごはんの残りを冷凍。
・ごはんの残りを冷凍。必要なものしか調理しない。(作りすぎないように気をつけた)
・ごはんは冷凍しました。
・しいたけを冷凍した。初めての試み。(たくさんいただいたので)
・賞味期限間近のパンを購入。(すぐに食べない場合は、冷凍が可能なので)
・すぐ使わないものは冷凍した。
・前日の反省により、もらったネギを洗って切って冷凍した。
・朝食は、冷凍していた。
・トマトを冷凍保存してみた。
・肉が安くて思わず買ってしまったが、すぐ冷凍しておいた。
・肉を小分けしてよく作る調理の分量に合わせて冷凍した。レンジでの解凍がやりやすくなった。
・もらいもののほうれん草を下ゆでして何回分かにわけて保存(冷凍した)。
・もらった野菜を洗って切り、使わない分を冷凍した。
・今日は、朝から 20:00 まで仕事のため、子どもたちでも大丈夫なようにカレーを準備しておいた。2 人分ほど残ったが。冷凍保存している。冷凍することを見越して、じゃがいもなしにしている。
・豚肉は、まとめ買いして冷凍保存した。
・冷凍できるものは、すぐラップなどにうつして冷凍するようにしています。

■整理の工夫
・買い物をした時には、冷蔵庫に入れる際、食材の場所を決めています。
・今日は生協の配達があるので、冷蔵庫の中に、前に買ったものが、奥にいかないようにしました。
・食べかけのおかしが湿気で食べられなくなった。子どもの食べかけのおかしもストック場所を作ることにした。
・チェックして使いやすいように片付けた。
・冷蔵庫の奥に入れてしまうと、食べ忘れがある。
・冷蔵庫、冷凍庫の中がすっきりしてきた。
・冷蔵庫内の整理整頓をし、在庫メモを更新した。
・冷蔵庫の中、上半分を古い物から前に置いて並べかえた。おくから、消費期限の近いものがでてきた。

（3）削減取組の効果の把握・分析

・冷蔵庫の中でわすれそうなものを手前にしてみました。
・冷蔵庫の中はできるだけ同じ場所に置くようにしています。
・冷蔵庫の中を整理した。中が見やすくなり、食材がとり出しやすくなった。
・冷蔵庫の中をそうじした。きれいに整理できて、賞味期限の近いものを確認することができた。
・冷凍室がパンパン、満室状態だったが，縦に入れることで収納量が増えた。
・お弁当づくりののこりを入れるものを透明のタッパーにしました。
・ちりめんなど購入してすぐタッパーにうつして、利用しやすくしたりしています。タッパーにうつすと取り出しやすいし、使いやすいし、冷蔵庫の開け閉めの時間も少なくすんでエコになります。
・白米を袋からストッカーへ入れ直した。マヨネーズの買い置きしていたものが奥から出てきた。

―小分けにする―
・肉を小分けしてよく作る調理の分量に合わせて冷凍した。レンジでの解凍がやりやすくなった。
・豚肉やイカなどを小分けにして冷凍庫にいれた。
・買い物をした時には、使いやすいように小分けしています。

―新聞にくるむ―
・保管してあるすだち、ミカンをきれいに保存しなおした。（すだち→新聞に包み冷蔵庫へ、ミカン→半分は低温の場所へ）
・冷蔵庫の中に保管してあるすだちをつつんである紙を新しい物にかえて、水気をなくした。

―他の保存の工夫―
・保存食を（子どもにさわられないように）寝室に移動。
・安い野菜をまとめて購入したが、長く保管できるよう工夫している。（この時期なら外保管でも長もちする）

■その他の工夫
―外食など―
・外食(夕食)。
・子どもの部活のため、移動中ローソンで買い、車中で食事。
・残業の為、外食はお弁当。食べ残しなし。
・残業の為夕食はお弁当。好きなものを買った為食べ残しなし。

・自炊なし。
・自炊なし。
・自炊なし。
・自炊なし。
・自炊なし。朝、子のみ適当に食べた様子。昼、自分は職場の弁当、子どもは給食。夜、親宅で食事。
・実家で食事をとった為、食べ残しなし。
・捨てたものなし。（旅行のため、料理もせず）

―食べきる―
・うちの家族は本当に何でもたくさんよく食べます。だから食品ロスが全くでません。オムライス完食。
・家族のみんなが好き嫌いなく、食べてくれるので、ロスなくとても嬉しいです。
子の食べ残しを頑張って食べた。
・主人と中学生の子どもはお弁当ですが、いつも残さず全部食べてくれて、助かりますし、作っていても嬉しいです。何でも、すべて食べてくれる家族がいることが食品ロスがないことにつながっていると思います。
・子供の残り物を食べた。

―その他の工夫―
・家族の中でも味の好みが微妙に異なり、めいめいで取り分け→味付けをする流れになっているがこれも「味が今一つなので食べない」というロスを減らす効果があるのかも知れない。
・時間がある時には、子どもにも料理のお手伝いを一緒にして、自分で作る喜びや、自分で作った物を家族のみんなに食べてもらう嬉しさを味わってもらうようにしています。
・週末は冷蔵庫内を確認する時間やゆとりがある。
・調味料の使いかけがあるので最後まで使い切ってから、新しい物を出すようにする。使い忘れの食材がないか確認した。
・母から食材がくるため、食べられるものは食べ、冷蔵庫を整理しました。
・豆みょうの栽培を子どもと一緒にしてみることにした。食育にもつながるのかなと期待している。
・やっと元気になったので冷蔵庫のチェックをした。

■反省、感想
―反省―
・おにぎりは余ったらおじやに使ったりしているが、ラップをしわすれてカチカチにな

ってしまった。
・具だくさんスープを作ると、お皿にスープが入らず、具でいっぱいになり、スープが余る。残ったスープを翌日活用できれば良かった。
・子どものコップに入れた牛乳が残ってしまうことが多い。長時間室温の牛乳は衛生的でないので捨ててしまう。子どもには面倒がらずに飲むだけ入れるようにすれば良かったのかも知れない。
・子どもがいもや大根など日本的な食材をたべないのでどうしても残ってしまう。お弁当にも持っていきにくい食材なので余ってしまい捨ててしまう。
・みそ汁の作りすぎ、子どもの飲み残しでロス。
・冷蔵庫での保存場所が悪く，千切りキャベツのことを忘れていた。保存場所を見やすいところへうつすとよかった。
・冷蔵庫の見えづらいところに残っていた高野豆腐が見つかり、食品ロスになりました。

―感想―
・毎日、目にも楽しい食事だとはしがすすむ。
・使用する回数が少ない食品は、定期的にチェックする必要があると思った。食品購入の際に、少量必要なときは、できるだけ少量パックを見つけて購入したい。冷蔵庫の食品の再確認ができたので、買い物時や献立作成に生かすことができる。使いきりたいという思いが芽生えた。
・通しでみると、今年は野菜が不作だったためか実家や仕事上の方から野菜をいただくこともなかったため、結果的に必要な分のみの調理を心がけることができ、ロスの削減につながったと思う。また事務の忙しさや天候の悪さなど、仕事の終わりから買い物に出ることが少なく、余計なものを買わずにすんだという所もあると思う。
・食品ロスの取り組みをするようになって、以前にも増して、食材をムダなく利用して料理をするようになったように思います。

－その他－
・天気が悪い日や寒い日は水筒のお茶をあまり飲まないので、残ることが多いです。夏で暑い日なら、残すことなくすべて飲みます。
・1/30～2/7 まで身内の不幸により実家へ帰省していました。すみません。
・実家にインフルエンザが発生。実家に寄らず自宅で食事。

（３）削減取組の効果の把握・分析

サ．大掃除

削減取組説明会の講演内容に触発されて計測期間中に大掃除をする世帯がいることが予想されたため、大掃除用の調査票を配布し、大掃除をしたモニターには通常の計測とは分けて記録するよう任意での協力を呼びかけた。その結果、6 世帯が大掃除分として記録を提出した。6 世帯あわせて 33 品目 3,104g について記録された。(表 39　大掃除を実施した 6 世帯の集計結果)。そのうち 6 品目 1,045g はもらいもの由来であった。大掃除ををしてみて、季節限定の商品を毎年購入するものの余るので見直したいという声や、付属の調味料や使いかけの調味料が残りがちだという意見が挙がった。

表 39　大掃除を実施した 6 世帯の集計結果

大掃除を実施した世帯	買ったもの		もらったもの		捨てた量合計
	捨てたもの	捨てた量	捨てたもの	捨てた量	
世帯1	ドレッシング	100 g	バナナ	480 g	2180 g
	玉ねぎドレッシング	60 g	フルーツグラノーラ	380 g	
	和風ドレッシング	150 g			
	野菜だれ	140 g			
	ごましゃぶしゃぶのたれ	160 g			
	ライスペーパーのたれ	80 g			
	塩にんにくソース	120 g			
	まぐろ丼の具（冷凍）	140 g			
	刻み青ねぎ	100 g			
	なめ茸	120 g			
	バナナカルピス	150 g			
世帯2	すし酢	240 g	（なし）		285 g
	にんにく（チューブ）	20 g			
	炭酸	25 g			
世帯3	ポテトチップス	30 g	お菓子	50 g	260 g
	ビスケット	50 g	かきもち	50 g	
			おまんじゅう	80 g	
世帯4	すき昆布	24 g	（なし）		182 g
	にんにく	15 g			
	アサイーザクロ	75 g			
	白桃ルイボスティー	68 g			
世帯5	チーズ	10 g	小袋しょうゆ	5 g	167 g
	めんつゆの素	22 g			
	焼きそば用ソース	39 g			
	ゆずこしょう	19 g			
	伊予柑＆レモンバター	72 g			
世帯6	焼き肉のたれ	25 g	（なし）		30 g
	うなぎのたれ	5 g			

（４）モニター家庭の意識調査

アンケート調査は、事前、事後の２回行った（図 45　アンケートの実施イメージ）。また、事後アンケートは介入群と非介入群と分けて作成した（図 46～図 51）。したがって、計３種類のアンケート調査票を使用した。３種類のアンケートに共通して「あなたの買い物や行動についておたずねします」という設問を設定した。ただし、問 n の質問は自分で行動を変えられない内容だったため、事後アンケートでは設問を変更した。以下ではアンケートの設問ごとに回答結果を示す。

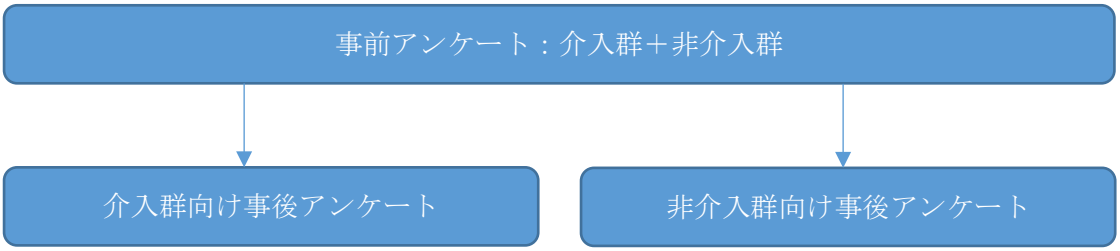


図 45　アンケートの実施イメージ

（４）モニター家庭の意識調査

（介入群用）　モニターＩＤ

計量後アンケート

4週間の計量にご協力いただき、誠にありがとうございました。
最後に、このアンケートにお答えいただき、4週間分の「食品・お買い物ダイアリー」と
アンケートを**ファイルごと**返送用レターパックに入れて
【 2月14日（水）まで 】にポストに投函してください。
到着後、謝礼と交通費相当のクオカードを返送いたします。

該当者は□にチェック☑を入れてください。
□　旅費相当分のクオカードの受け取りを辞退します。

（1）計量に参加して、ご家庭の食品ロスについてどのように感じましたか？
あてはまる番号１つに○をしてください。

1. 予想よりかなり多かった
2. 予想より少し多かった
3. 予想どおりだった
4. 予想よりすこし少なかった
5. 予想よりかなり少なかった
6. その他

（　　）

（2）家庭で実践しているお買い物や料理、整理整頓等について、
食品ロスを減らすアイデアがあれば教えてください。

（3）今後、どんなイベントに参加してみたいと思いますか？
あてはまる番号全てに○をしてください。

1. 親子で学べる「エコクッキング」（料理教室）
2. 残り物食材を使ったレシピセミナー
3. 食材の保存セミナー
4. 映画「0（ゼロ）円キッチン」上映会
5. 食品の整理・お片づけセミナー
6. 参加したいと思わない
7. その他

（　　）

図 46　介入群事後アンケート１

（4）モニター家庭の意識調査

（4）あなたの買い物や行動についておたずねします。
a)～ p)のそれぞれについて、今のあなたにもっともあてはまるもの（1～5）に○をつけてください。

a.	買い物に行く前に購入する食品を決めている。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
b.	お店に行って食品を見てから買うものを決めている。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
c.	消費期限・賞味期限が長いものを選んで買う。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
d.	消費期限・賞味期限が近くなって割引されたものを選んで買う。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
e.	１週間や3日分など、ある程度の日数分をまとめて買う。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
f.	毎日のように買い物に行く。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
g.	必ず食べきるものだけを選んで買う。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
h.	１週間や3日分など、献立はまとめて決めている。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
i.	冷蔵庫に何が入っているか把握している。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
j.	まとめて買うとお得なものは、多めでも買う。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
k.	特価品、ワゴンセールなどについ手が伸びる。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
l.	新商品や期間限定品はすぐに買う。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
m.	テレビ等で話題になった食べ物はすぐに買う。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
n.	食品を買うときに置き場所があるかどうか考える。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
o.	親戚や知り合いに食品や料理をお裾分けする。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない
p.	フードバンクに食品を提供する。	1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. 全くあてはまらない

（5）どのような場合に、食品ロスを出してしまうことが多かったですか？

（6）食品ロス削減に大切だと思う上位3つを選んでください。

1番 [ ] 2番 [ ] 3番 [ ]

1. 「もったいない」の意識付け
2. 家族の協力
3. 買い物の仕方の見直し
4. 保管方法の見直し
5. 整理方法の見直し
6. エコクッキング

図 47　介入群事後アンケート２

（4）モニター家庭の意識調査

（7）削減方法について次の項目のうち該当するものに○を付けてください。

	「食品お片付け、お買い物マニュアル」で紹介した食品ロス削減方法	実践している・実践した 1. 効果がある	2. ややある	3. あまり効果がない	4. 効果がない	5. 実践しなかった
お買い物	1. 家にある食材・食品をチェック	1	2	3	4	5
	2. メモを取る	1	2	3	4	5
	3. 使い切れる分だけ買う	1	2	3	4	5
	4. 空腹時やイライラ時に買い物に行かない	1	2	3	4	5
保存	5. 野菜の保存方法を工夫する	1	2	3	4	5
	6. 肉、魚の保存方法を工夫する	1	2	3	4	5
	7. 食材により冷蔵庫内の保管場所を工夫する	1	2	3	4	5
	8. 食材の特性に注意して保存する	1	2	3	4	5
	9. ストック食材を活用する	1	2	3	4	5
	10. 食材を干す	1	2	3	4	5
	11. 食材を漬ける	1	2	3	4	5
整理整頓	12. 冷蔵庫の日を作って使い切る	1	2	3	4	5
	13. 大掃除をする	1	2	3	4	5
	14. 食材の置き場所を決める	1	2	3	4	5
	15. ローリングストック	1	2	3	4	5
	16. 冷蔵庫や食品庫の整理術を活用する	1	2	3	4	5
	17. アプリやウェブサイトで食材を管理する	1	2	3	4	5
	18. エコクッキングの実践	1	2	3	4	5

エコクッキングを実施した方は そのメニューを教えてください。

図 48　介入群事後アンケート３

（4）モニター家庭の意識調査

（8）削減マニュアルで役に立ったこと、改善点など、お気づきの点をご記入ください。

ご協力ありがとうございました。

図 49　介入群事後アンケート 4

（4）モニター家庭の意識調査

（非介入群用）

モニターＩＤ

計量後アンケート

4週間の計量にご協力いただき、誠にありがとうございました。
最後に、このアンケートにお答えいただき、4週間分の「食品・お買い物ダイアリー」と
アンケートを**ファイルごと**返送用レターパックに入れて
【 2月14日（水）まで 】にポストに投函してください。
到着後、謝礼と交通費相当のクオカードを返送いたします。

該当者は□にチェック☑を入れてください。
□　旅費相当分のクオカードの受け取りを辞退します。

（1）計量に参加して、ご家庭の食品ロスについてどのように感じましたか？
あてはまる番号１つに○をしてください。

1. 予想よりかなり多かった
2. 予想より少し多かった
3. 予想どおりだった
4. 予想よりすこし少なかった
5. 予想よりかなり少なかった
6.その他

（　　）

（2）家庭で実践しているお買い物や料理、整理整頓等について、
食品ロスを減らすアイデアがあれば教えてください。

（3）今後、どんなイベントに参加してみたいと思いますか？
あてはまる番号全てに○をしてください。

1.親子で学べる「エコクッキング」（料理教室）
2.残り物食材を使ったレシピセミナー
3.食材の保存セミナー
4.映画「０(ゼロ)円キッチン」上映会
5.食品の整理・お片づけセミナー
6.参加したいと思わない
7.その他

（　　）

図 50　非介入群事後アンケート１

（４）モニター家庭の意識調査

（４）あなたの買い物や行動についておたずねします。
a)～ p)のそれぞれについて、今のあなたにもっともあてはまるもの（1～5）に○をつけてください。

a.	買い物に行く前に購入する食品を決めている。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
b.	お店に行って食品を見てから買うものを決めている。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
c.	消費期限・賞味期限が長いものを選んで買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
d.	消費期限・賞味期限が近くなって割引されたものを選んで買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
e.	１週間や３日分など、ある程度の日数分をまとめて買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
f.	毎日のように買い物に行く。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
g.	必ず食べきるものだけを選んで買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
h.	１週間や３日分など、献立はまとめて決めている。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
i.	冷蔵庫に何が入っているか把握している。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
j.	まとめて買うとお得なものは、多めでも買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
k.	特価品、ワゴンセールなどについ手が伸びる。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
l.	新商品や期間限定品はすぐに買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
m.	テレビ等で話題になった食べ物はすぐに買う。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
n.	食品を買うときに置き場所があるかどうか考える。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
o.	親戚や知り合いに食品や料理をお裾分けする。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない
p.	フードバンクに食品を提供する。	1. あてはまる	2. ややあてはまる	3. どちらでもない	4. あまりあてはまらない	5. 全くあてはまらない

（５）「食品・お買い物ダイアリー」について記入しづらかった点を教えてください。

（６）計量に参加して大変だったことを教えてください。

ご協力ありがとうございました。

図 51　非介入群事後アンケート２

（4）モニター家庭の意識調査

① 計量に参加して、ご家庭の食品ロスについてどのように感じましたか？（単一回答）

「予想よりかなり多かった」「予想より少し多かった」が、介入群では 8%、非介入群では 21%に対して、「予想より少し少なかった」「予想よりかなり少なかった」が、介入群では 50%、非介入群では 59%となり、少ないという感想が多かった（図 52 食品ロスについての感想）。

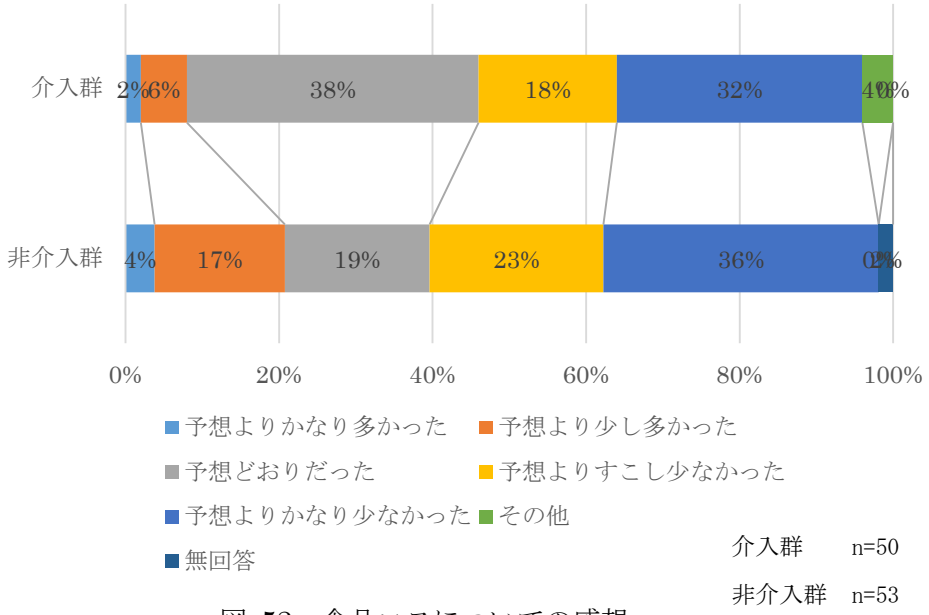


図 52 食品ロスについての感想

② 家庭で実践しているお買い物や料理、整理整頓等について、食品ロスを減らすアイデアがあれば教えてください。

食品ロスを減らすアイデアとして挙げられたもののほとんどは、「食品お片付け・お買い物マニュアル」でまとめた取組に当てはまるものであった（図 53～図 54 及び表 40）。介入群は、「必要なものだけ買う」、「献立の工夫」に関するアイデアを多く挙げた。非介入群は「食品お片付け・お買い物セミナー」に参加していないものの、「必要な分だけ買う」、「事前に買う物を決める」、「家にある食材・食品をチェック」、「冷凍する」、「余った食材の再利用」、「献立の工夫」、「消費期限の近い食材の利用」、「作りすぎない」といった取組についてアイデアを多く挙げた。また、「食品お片付け・お買い物マニュアル」に取り上げていない取組として、「宅配サービスを利用する」、「帰宅時間が遅い家族も食べやすいメニューと量を考慮する」、「食べきれないもらいものは、近所や親戚に配る」、「飲み物のロスが多かったので大きいコップをやめ、小さいコップを使い必要な分だけそそぐようにする」というアイデアも挙がった。

（４）モニター家庭の意識調査

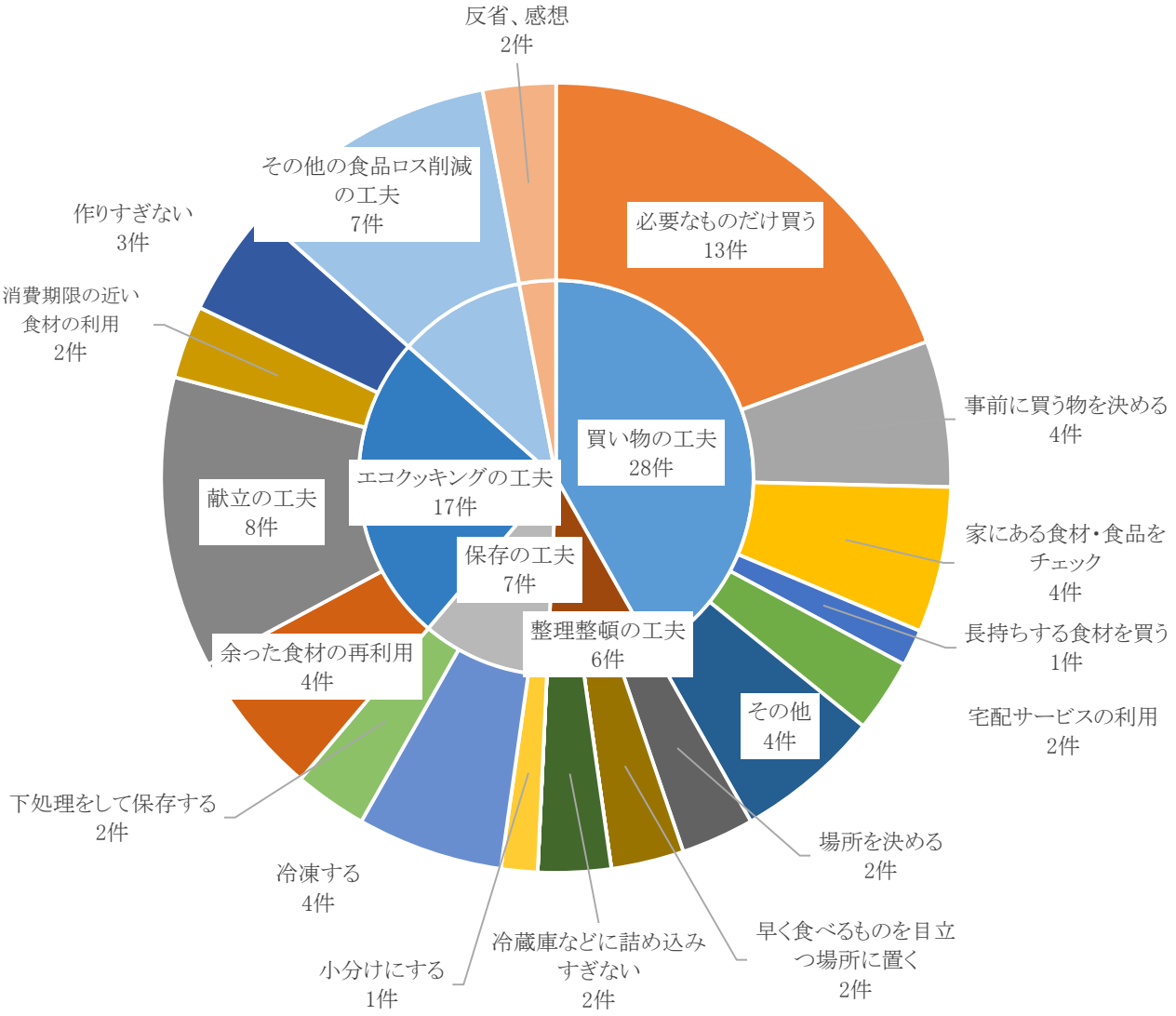


図 53　食品ロスを減らすアイデアの分類別回答数割合（介入群）

（４）モニター家庭の意識調査

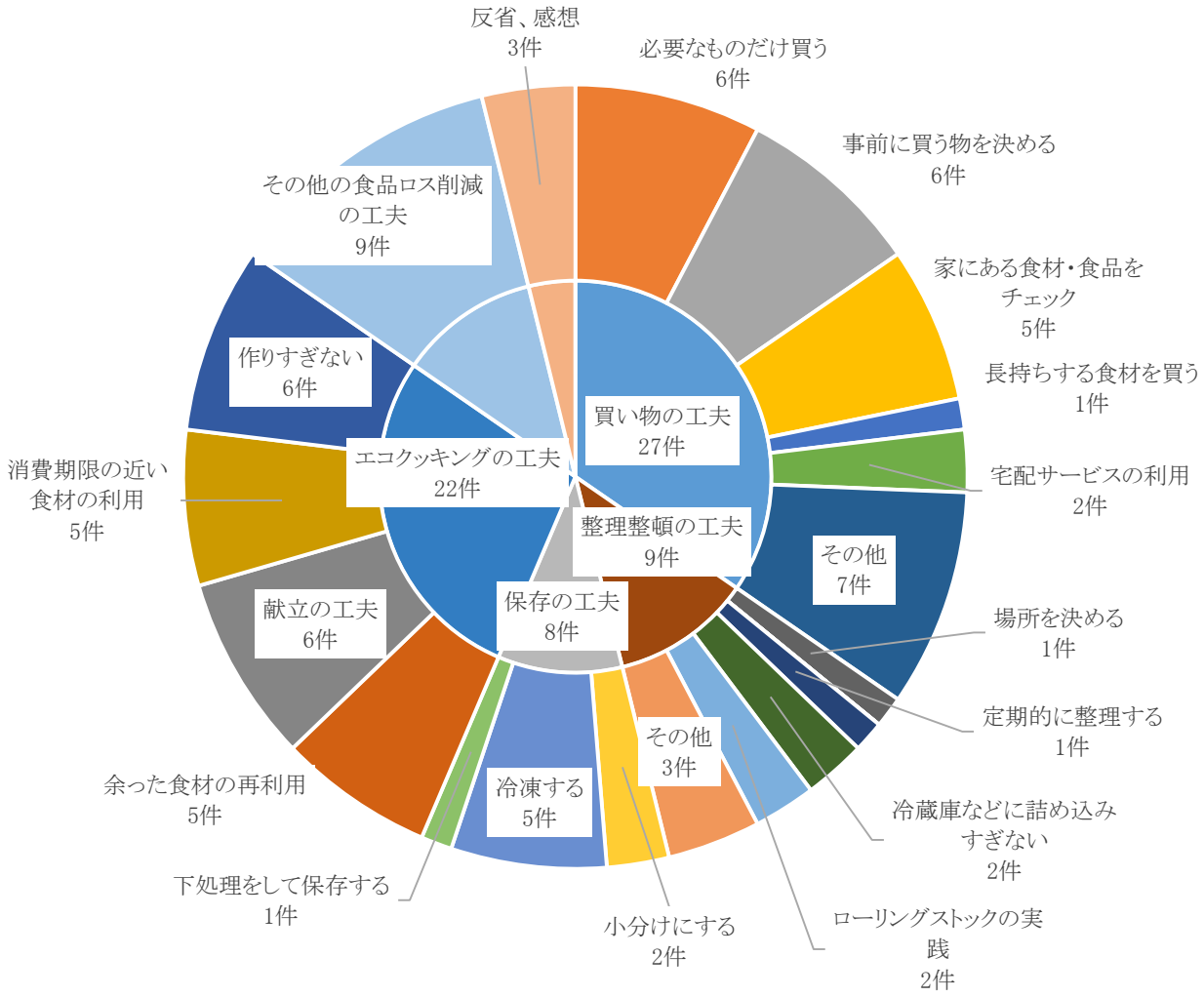


図 54　食品ロスを減らすアイデアの分類別回答数割合（非介入群）

（4）モニター家庭の意識調査

表 40　食品ロス取組アイデア

原文のまま記載

介入群	■買い物の工夫 ―必要なものだけ買う― ・必要な物だけ買う。 ・料理があまり得意でないということもあり、必要な食材しか買いません。(冷蔵庫の在庫を見てメニューを考えるということができないから)。冷蔵庫はいつもスキスキです。マヨネーズとかもなくなったら買う派なので、在庫なしです。 ・食べきれる分量(少し少ないかな？と感じる程度)を意識して、食品を買ったり、調理する。使い切れなさそうなものは買わない。 ・野菜(日持ちがしないもの)は、少量で買い、使いきれるサイズで料理しています。 ・平日は実家で夕食を作ってもらうことがほとんどないので、自宅で調理するのは平日の朝と休日のみなので、その限られた機会で使いきれる食材を買うようにしています。 ・必要な物、量だけ買う ・無駄な食品を買わない。 ・買いすぎず、作りすぎない。 ・必要最小限の物を買うようにしている。 ・基本的に使う分しか買わない。 ・食べられる分だけ買い、買いだめはあまりしない。 ・とにかく買いすぎない！ ・使いきる量だけを買う。 ―事前に買う物を決める― ・広告もチェックするけれど、買いものメモを作成して、余計なものを購入しないようにする。 ・買い物の時には、必ずメモに書いて行きます。 ・一週間の献立を予め決めて、不足している食材を買い足している。 ・献立をあらかじめ決めておくと、ムダなものを買わなくなる。 ―家にある食材・食品をチェック― ・広告もチェックするけれど、買いものメモを作成して、余計なものを購入しないようにする。 ・買い物の時には、必ずメモに書いて行きます。

	・一週間の献立を予め決めて、不足している食材を買い足している。 ・献立をあらかじめ決めておくと、ムダなものを買わなくなる。 ―長持ちする食材を買う― ・使い回しのできる食材(根菜やネギ、薄切り肉等)や保存のきく食材を買う。 ―宅配サービスの利用― ・仕事をしているため毎日買い物には行けないのでヨシケイを利用している。なので、毎日食品はほぼ使い切っており，食べ残しもない様大皿から小皿へとるので残った場合はお弁当に誰かが入れている。 ・基本的に仕事の都合もあり、食材を宅配利用することが多い（ヨシケイ）少し割高ですが、余分に買いすぎることがないので食品ロスは少なくなると思います。 ―その他― ・空腹時には買い物をしない！ ・買物は毎日するようにしてまとめ買いをしないようにしている。 ・まとめ買いはしない。 ・新しいものにとびつかない。 ■整理整頓の工夫 ―場所を決める― ・冷蔵庫の中におき場所をなんとなくでも決めておくと、子どもたちでもお手伝いや自分たちでできるようになります。 ・冷蔵庫の中は良く見えるように配置する。 ―早く食べるものを目立つ場所に置く― ・夫が消費期限をすぎかけている食材を発見すると冷蔵庫の私の目線の高さの棚のど真ん中において置いてくれる(笑) ・食べかけの物、賞味期限が近い物は、冷蔵庫開けてすぐの所、邪魔になる所に意識的に置く。 ―冷蔵庫などに詰め込みすぎない― ・週末には、なべやスープなどに少しだけ余っているような野菜や食材を使って料理をして、冷蔵庫を常に整理しておく。 ・冷蔵庫をいっぱいにしない。

	■保存の工夫 ―小分けにする― ・小分けして冷凍する。 ―冷凍する― ・すぐ冷凍保存。 ・冷凍保存。 ・たくさん作りすぎた場合は冷凍保存し、何日かで食べ切る。 ・使いやすいサイズにカットして冷凍する。 ―下処理をして保存する― ・野菜は、購入したものをそのまま冷蔵庫へ入れずによく使うサイズ(拍子切りとか、ざく切りとか)に切って、保存袋に入れてから、冷蔵庫へ入れる。 ・ロスを減らすために食材の保存を工夫している。葉ものは、下ゆでする。きのこ類は冷凍する。くだもの類はジャムにするなど。 ■エコクッキングの工夫 ―余った食材の再利用― ・夕食の残り物は、翌日のお弁当に活用。 ・残り物の使い回し。今回は冬だったので季節的に鍋が多く、残り物が少なかった。夏だともっと多いと思う。 ・リメイク料理に特化した料理本の発行。(例)肉じゃが→コロッケ、おでん→炊き込みごはん etc ・食べのこしは翌日のお弁当や朝食にリメイク。 ―献立の工夫― ・基本的なレシピの材料などを必ず使わなくても、家にある食材で工夫して料理をしています。 冷蔵庫の中にあるもので、何が作れるか考えて献立を決める。 ・中途半端に余った食材(主に野菜)を使えるみそ汁やスープをメニューにする。 ・ある物で献立を考える。 ・買った物はおいておくと忘れてしまうので、買ったらすぐ調理してたべる。 ・食材の使いまわし、レパートリーを増やす、余り食材を使用できる料理のレパートリーを増やす（スープ、焼きそばなど）

	・メニューを決めて買い物をせず、買ったものを使い切れるメニューを考える（クックパッドのレシピはまずいものもあるので使わない） ・新製品をためそうとせず、あるもので工夫できないか作れないかを考える。 ・よいレシピがのっている本を買う。 ―消費期限の近い食材の利用― ・消費、賞味期限が近いものを買って、使う。 ・割引の食品は購入したらその日に調理し、できる限りロスしないよう心掛けている。 ―作りすぎない― ・食べ切れる量で料理する。 ・食べ切れる分だけ作っている。 ・仕事の都合等で夜遅くに１人で食事をする際、フライパンや鍋に残った料理を温めて食べていたが、食品ロスを出してしまうことが多かったので、皿やおわんによそった物、食べきれる１人分の量を置いておいてもらうようにした。 ■その他の食品ロス削減の工夫 ・こどもの食べ残しは、親が食べる。（衛生上良くないみたいですが・・・） ・飲み物のロスが多かったので大きいコップをやめ、小さいコップを使い必要な分だけそそぐようにする。コーヒーなどは朝飲めなくても、冷蔵庫に入れ、飲みたいときにレンジでチンして飲む。野菜の皮は捨てずにベジブロスにして、週一回は野菜スープを作る。 ・子どもが赤ちゃんの頃から野菜中心の食事を心がけている。旬の野菜を使った料理は身体にもよいし、値段もお安くなるので経済的です。 ・とりわける時に、食べられる量をつぐ。 ・ご飯は残してはいけないと育ったので残さず食べる。 ・残っても次の日に食べる。 ・賞味期限が数日位すぎたものでも保管状態がよければ食べていた（賞味期限前でもおかしいものは食べない）。 ■反省、感想 ・もらったものが一番困る。好きでないもの、キライなものはどうしても捨てることになってしまう。 ・もらい物については、必要性を厳選できないのでロスとなりやすい。不要

	なものは不要を言える環境があればよい。
非介入群	■買い物の工夫 ―必要な分だけ買う― ・必要な食材しか買わない。少量のものを選んで買う。 ・週末にまとめて一週間分の食料を購入する。一食当たりの消費量を大体計算して必要量を購入する。食べる頻度に合わせて消費(賞味)期限を選択する。 ・必要な物だけを購入する。 ・毎日買い物に行って必要なものだけ買う。 ・食品を一度に買いすぎない。 ・セール品にとびつかないようにしている。 ―事前に買う物を決める― ・買い物に行く前に必ず在庫チェックして買い物メモを作る。 ・お買い物は、週に 1～2 回まとめて行くので、約一週間分を使い切れるように計画を立ててから行きます。 ・iPhone のメモに食材をメモしておく。 ・メニューを決めて買い物に行く。 ・一週間を目安に、献立を考えて、買い物をしています。 ・献立を考えてから、買い物に行くようにする。 ―家にある食材・食品をチェック― ・冷蔵庫の中をチェックする。 ・家にある食材をみてから買いものに行くよう、気をつける。 ・母と共同で使っているため、冷蔵庫内の把握がきちんとできていないので、もう少しこまめにチェックしたり、メモを書いて貼るのもいいと思った。 ・冷蔵庫やストック棚を見てから買い物に行く。 ・ストックの量を把握しておき、買いすぎないようにする。 ―長持ちする食材を買う― ・賞味期限の長いものを買う。 ―宅配サービスの利用― ・ヨシケイを利用することで、むだな買い物はしないようにしている。 ・宅配をたのんでいて、便利。肉・魚類も冷凍が多いが、使いやすい。子どもが、2 歳と歳で小さく、買い物に出るのは大変で、自然と買い物回数がへるが、それがいいのかも。

	―その他― ・共働きのため、かんたんに調理できる物や使いきりのカット野菜などを重用している。 ・2、3 日分をまとめ買いし、できるだけ使い切ってから買う。 ・メニューを決められないときは、いつも使用する野菜を買う(肉･魚は×)。 ・あらかじめわかっている予定は、カレンダーに大きく書いて、食材を準備しないようにする。 ・葉物野菜は傷みやすいので買いだめしない。 ・平日買い物に行く時間的余裕があまりないので、結果的に買いすぎることが無い。 ・売出しで安いからと思って一度にたくさん買う事は考えた方がいいと思いました。(特に食品で賞味期限がある物) ■整理整頓の工夫 ―場所を決める― ・冷蔵庫のどこに何を置くか、置き場所を決めた。 ―定期的に整理する― ・週 1 回～月 1 回、冷蔵庫や食品入れの整理をする。 ―冷蔵庫などに詰め込みすぎない― ・冷蔵庫の中をわかりやすくする。奥に小さいものを詰め込まない。こまめに買い足す。足りないときは非常食を食べてみる。 ・冷蔵庫はあまり食品がない。 ―ローリングストックの実践― ・同じ物を買い足したときは、賞味期限順にならべる。 ・冷蔵庫の順番で賞味期限の短いものから順に牛乳パックや卵（購入順・記載日付を確認）を並べるようにしている。 ―その他― ・冷蔵庫でうっかり、消費期限切れになってしまいがちなため、商品に大きくマーカーで書いておく(消費期限)。 ・賞味期限がよく見えるように保管する。 ・賞味(費)期限を常にチェックする(早く使う、保存など)。

	■保存の工夫 ―小分けにする― ・肉や魚は、使用量ごとに冷凍で保存しておく。野菜等はカットして冷凍して使用量のみ使う。 ・買った物はタッパーなどに小分けして冷蔵庫で保管するようにしています。 ―冷凍する― ・我が家は残食がほとんどない。買ってきた下ごしらえした野菜や肉（下ごしらえして冷凍します）食べ残した物など、なんでも冷凍するので、食材は効率良く回っていく。 ・残りそうなときは、取って置き冷凍する。 ・使いきれなさそうなお肉はすぐに冷凍保存する。 実父、義父から、釣った魚をもらう。食べきれない時は、冷凍しておく。 ・肉・魚は買ってきた日に調理、食べきれないものは冷凍する。 ・野菜も日もちと時短のため冷凍したりしている。 ―下処理をして保存する― ・揚げ物とか多めに作って冷凍保存しています。主人のお昼御飯用とか、忙しい時に利用しています。 ■エコクッキングの工夫 ―余った食材の再利用― ・残ってきたものは、朝ごはんに食べたり、お弁当に入れるので、ほとんどすてることはないですが、今回はインフルエンザで口をつけたものをすてたので少しロスが出ました。 ・冷蔵庫の残り物食材を使って調理しているため、食品ロスが少ない。 ・残った料理は、翌日の弁当、昼食で早めに食べきる。 ・食べきれなかったもの、少量あまった食品はお弁当に使用するため、ロスが少ない。 ・余った夕食のおかずは翌朝の朝食か、お弁当で使い切る。 ―献立の工夫― ・平日の昼間は、母と祖母が家で食事するので、前日の晩御飯のメニューは次の日に回せるものにしている。

	・食べ残しのほとんどが主人が深夜に帰宅した日に発生していた。私の仕事が忙しい日も、食べ忘れで食品ロスが発生した。今まで主人の帰宅時間を無視したメニューと量で料理をしていたので、これからはメニューと量を食べやすいように工夫して食べ残しを減らしたい。 ・あるものでメニューを作る。 ・週末など時間があるときに、冷蔵庫の中に残っているものをメインにした献立を考えて作っています。 ・みそ汁の具材として野菜は使い切る事が多い。 ・家庭菜園の野菜や残っている食材をうまく使った献立を考えている。 ―消費期限の近い食材の利用― ・野菜などはいたまないうちにスープにしたりして使い切る。 ・できるだけ早く使う。 ・パンや果物などが賞味期限切れになったら職場に持っていって、残業のときに食べるようにしている。 ・期限切れても様子見て食べてる（笑） ・消費期限、賞味期限が切れても食べている! ―作りすぎない― ・大人分量で作るのではなく、子ども分量も考えて作る必要がある。 ・こどもは食べられる量を盛り付ける。作りすぎない。 ・人数分より気持ち多目に作っているが、ピッタリでもいいぐらいと思った。 ・作り置きはせずに、都度消費する分量のみ調理する。 ・たくさん作りすぎない。 ・汁ものは作りすぎることに気づいた。 ■その他の食品ロス削減の工夫 ・農家のご近所、親類から野菜や果物をどっさりもらうことが多い。お米（原米は精米して）はバザーやフードバンクに、果物酒やジャムに加工したり、できるだけ、食べきるようにしている。秋、すだちを多量にもらった時は、ご近所に配った。 ・食べきれないときは、他の人と分けて購入したり、おすそ分けする。 ・土日、使いきらなかった食材は、平日昼間、家で食事をする親にあげる。 ・子供が食べ残すことを考えて、自分の分を少なめにして、あとで子供の食事を食べる。 ・食べられる分だけお皿に盛る。子どもの食べ残しは大人が食べる。

	・子どもの食べ残しは親が食べるようにしています。 ・子供たちが料理を残すので、父親の料理を少な目にして、子供たちの残した料理を食べるようにしている。 ・賞味期限は気にしない。目安と考えている。 ・畑のある家は、残飯は、肥料になるゴミ箱を設置したらいいと思う。 ■反省、感想 ・母親（近所に住む）が煮物、カレー、魚の焼き物等を作ってもって来てくれるので、家ではあまり作らない。日曜日、または土曜日は子供のサッカーがあるので、付き添っているので、弁当・外食が多い。 ・食品ロスの多い少ないは、季節も関係していると思う。夏は多い気がする。 ・お菓子や加工食品、もらった野菜などは、自分の計画や把握の外になってしまい、使えないまま古くなって結局捨ててしまうことがよくある。

③　今後、どんなイベントに参加してみたいと思いますか？（複数回答）

「食品の保存セミナー」が介入群、非介入群共に 20 名を超え多かった。「食品整理・お片付けセミナー」は、介入群では期間中に受けたこともあり少ないが、非介入群は 25 名と参加してみたいと思う回答が最も多かった。

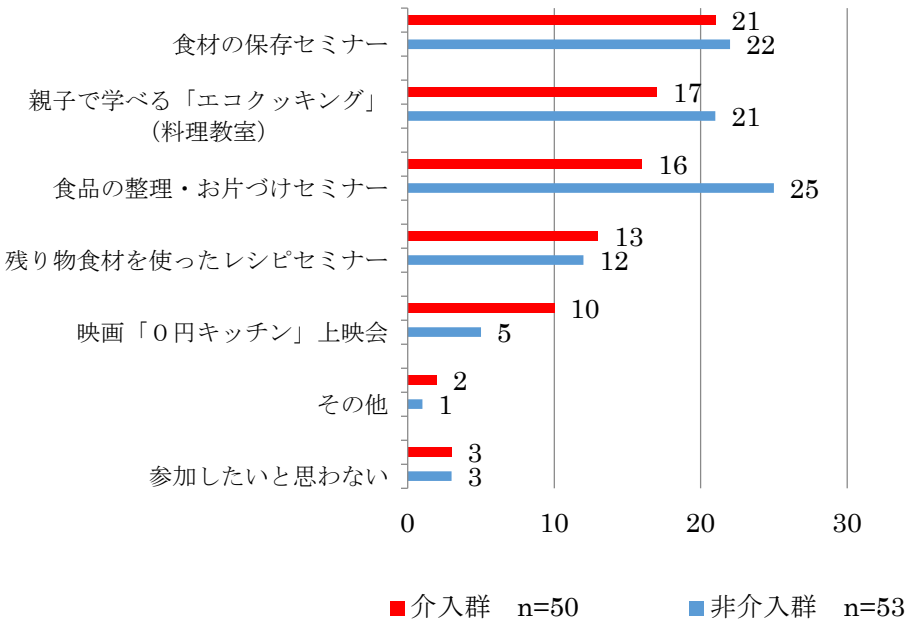


図 55　今後に参加を希望するイベント

④　計量に参加して、あなたの買い物や行動はどのようになりましたか？（単数回答）

a.買い物に行く前に購入する食品を決めている

「あてはまる」「ややあてはまる」の割合が事前・事後ともに６割以上を占め、多くの消費者はあらかじめ買う物を決めている事がうかがえる。また「あてはまる」「ややあてはまる」は事後において更に増加しており、取り組みによる影響が認められる。

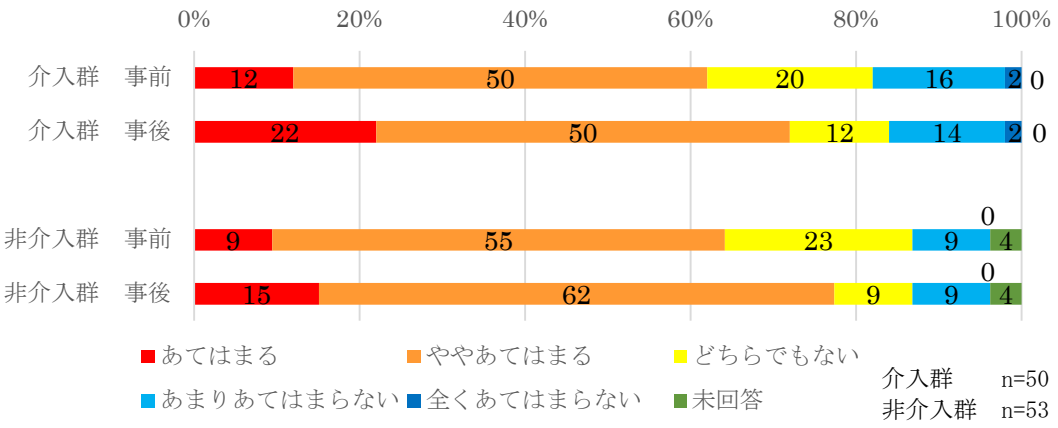


図 56　a.買い物に行く前に購入する食品を決めている

b.お店に行って食品を見てから買うものを決めている

「あてはまる」「ややあてはまる」の割合が事前・事後ともに７割程度を占め、多くの消費者が店に行ってから買う物を決めることがうかがえる。一方で「あまりあてはまらない」「全くあてはまらない」は事後に増加しており、取り組みによる一定の影響が認められる。

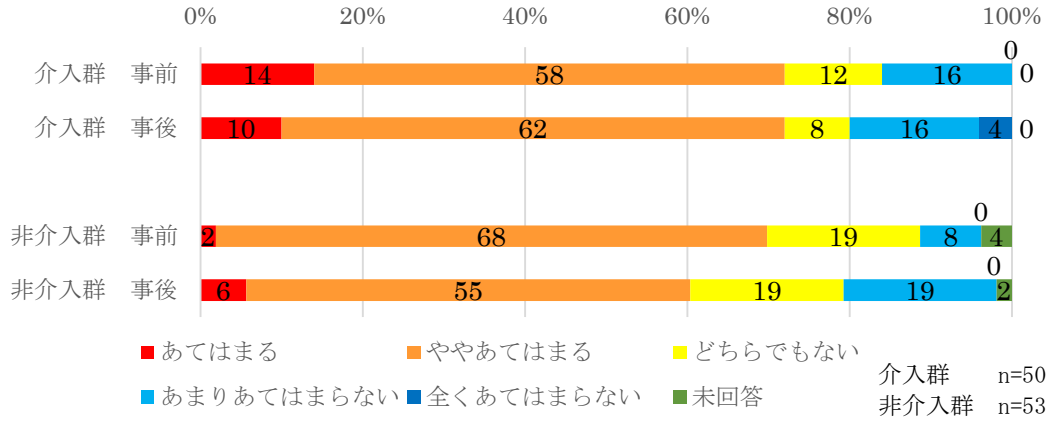


図 57　b.お店に行って食品を見てから買うものを決めている

c.消費期限・賞味期限が長いものを選んで買う

介入群・非介入群ともに取り組み前後でほとんど変化が見られず、いずれも安定して高い割合を示している。消費者一般に消費期限・賞味期限が長いものを選んで買う傾向が強い事がうかがえる。

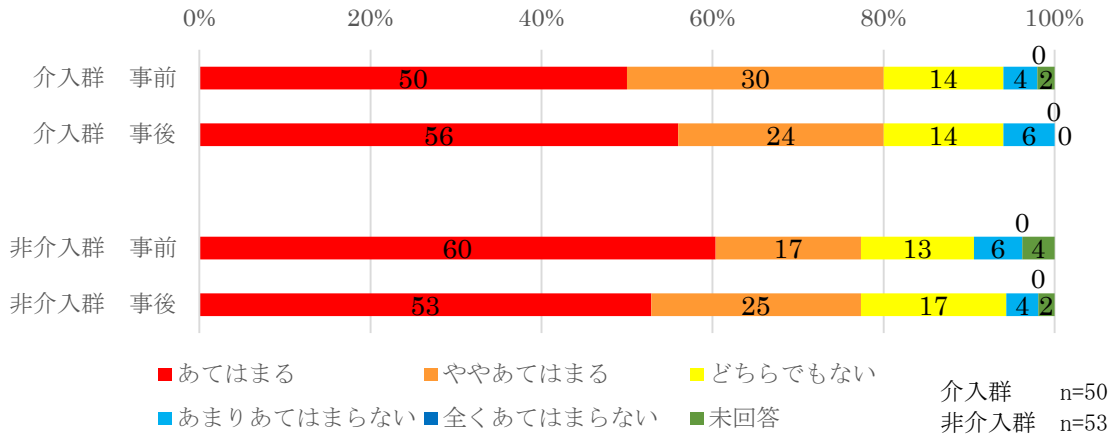


図 58　c.消費期限・賞味期限が長いものを選んで買う

d.消費期限・賞味期限が近くなって割引されたものを選んで買う

「あてはまる」「ややあてはまる」の合計は事前と事後で変わっておらず、消費者の半分ほどは、割引商品を選んで買う傾向が強いことがうかがえる。一方で「あてはまらない」「あまりあてはまらない」の割合はやや低下しており、取り組みによる一定の影響が認められる。

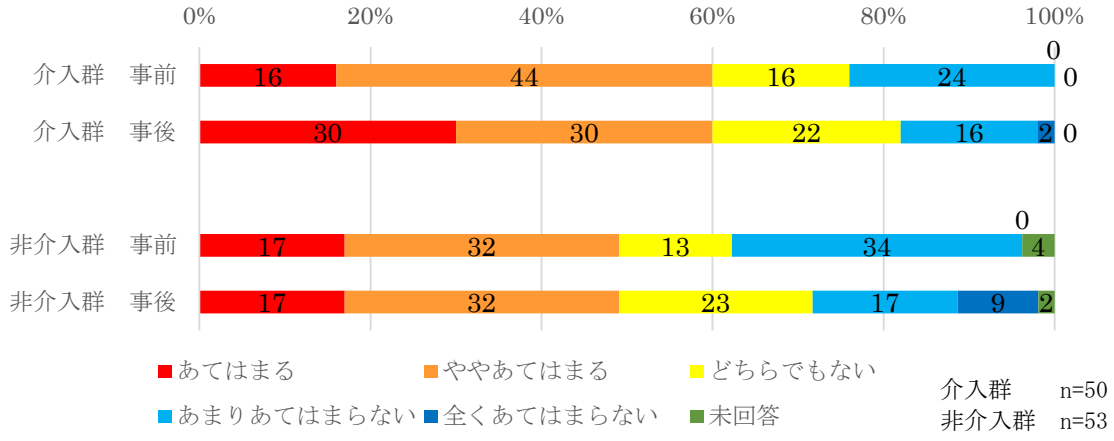


図 59　d.消費期限・賞味期限が近くなって割引されたものを選んで買う

e.1週間や3日分など、ある程度の日数分をまとめて買う

介入群では「あてはまる」「ややあてはまる」の合計が減少した。非介入群でも合計は減少したものの「あてはまる」に限ってはかなり増加しており、取り組みによりどのような影響があったかは明瞭ではない。

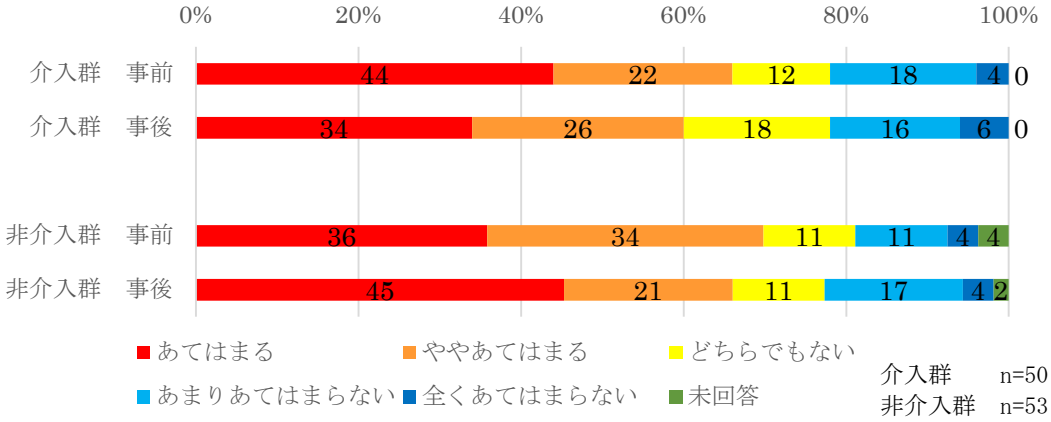


図 60　e.1週間や3日分など、ある程度の日数分をまとめて買う

f.毎日のように買い物に行く

介入群では「ややあてはまる」「どちらでもない」の割合が減少し、「あてはまらない」「あまりあてはまらない」の割合が増加した。取り組みによる一定の影響が認められる。その一方で、非介入群においては大きな変化が見られなかった。

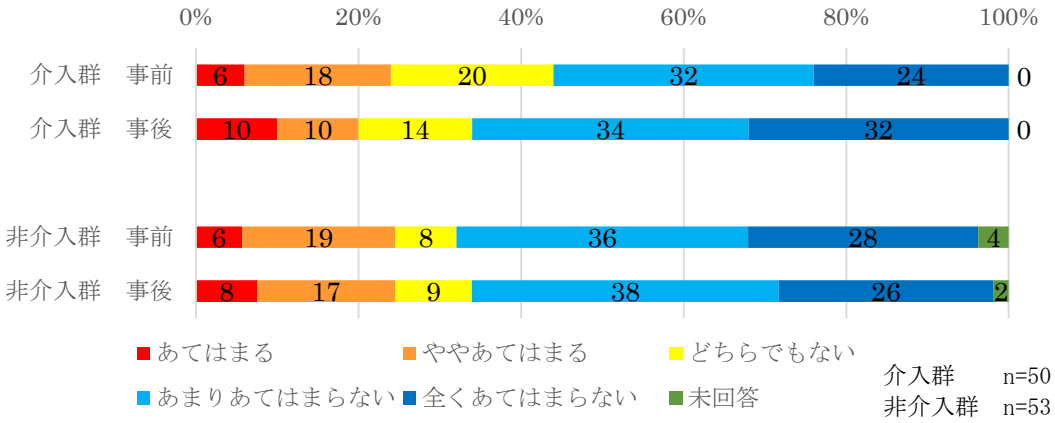


図 61　f.毎日のように買い物に行く

g.必ず食べきるものだけを選んで買う

介入群・非介入群ともに「あてはまる」「ややあてはまる」が増加し、「あてはまらない」「あまりあてはまらない」が減少した。また、その傾向は介入群の方がより顕著であった。取り組みによる影響が明確に認められる。

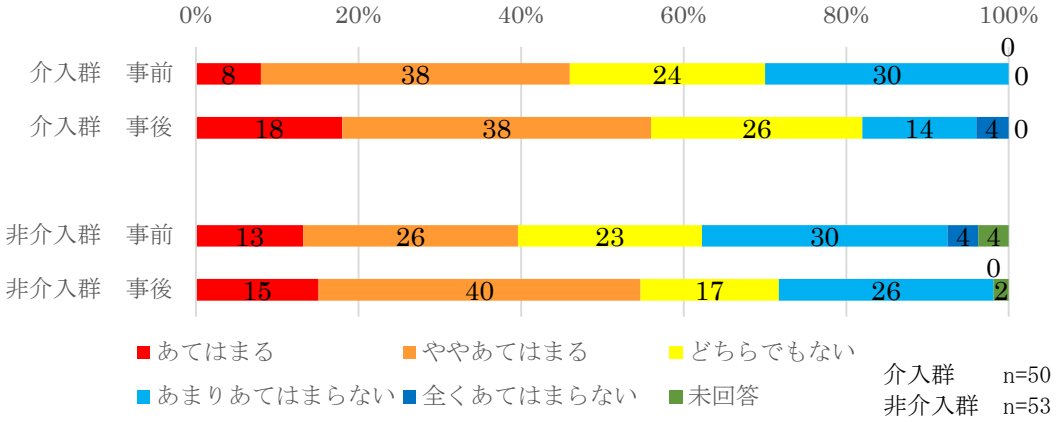


図 62　g.必ず食べきるものだけを選んで買う

h.１週間や３日分など、献立はまとめて決めている

介入群・非介入群ともに「あてはまる」「ややあてはまる」が増加し、「あてはまらない」「あまりあてはまらない」が減少した。また、その傾向は介入群の方がより顕著であった。取り組みによる影響が明確に認められる。

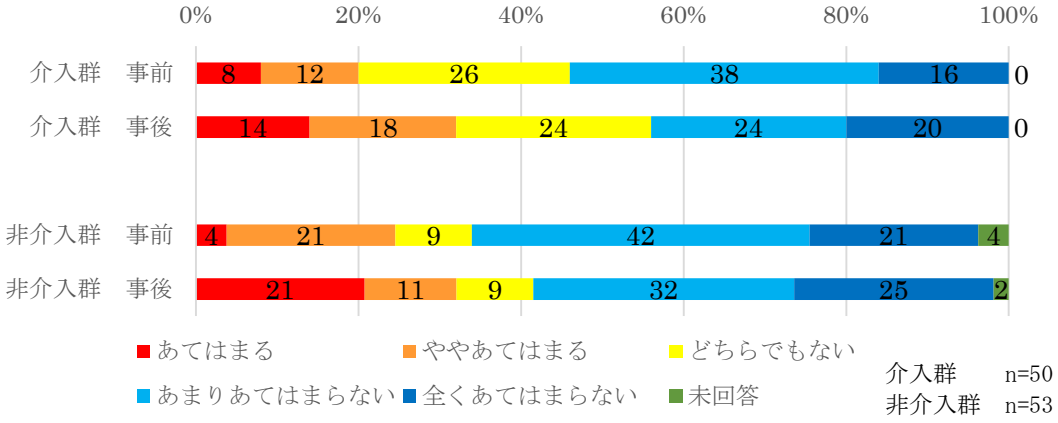


図 63　h.１週間や３日分など、献立はまとめて決めている

（4）モニター家庭の意識調査

i.冷蔵庫に何が入っているか把握している

介入群・非介入群ともに事前から6割以上が冷蔵庫に何が入っているか把握していたが、事後では「あてはまる」「ややあてはまる」が増加した一方で「あてはまらない」「あまりあてはまらない」が減少し、その傾向がより顕著になった。

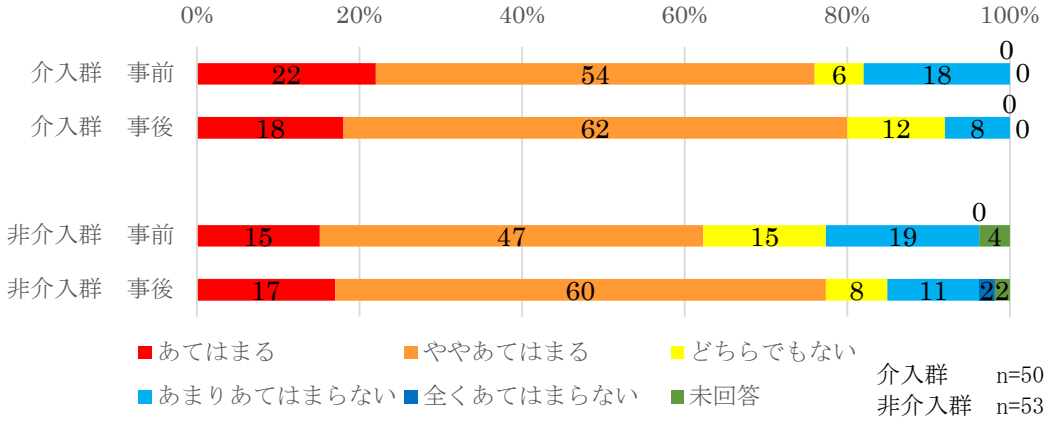


図 64　i.冷蔵庫に何が入っているか把握している

j.まとめて買うとお得なものは、多めでも買う

「まとめて買うとお得なものは、多めでも買う」について質問した結果、大きな変化はほぼ見られなかった。ただ全体の中に占める割合は大きくはないものの、「全くあてはまらない」と回答した世帯は4倍ほど増えた。

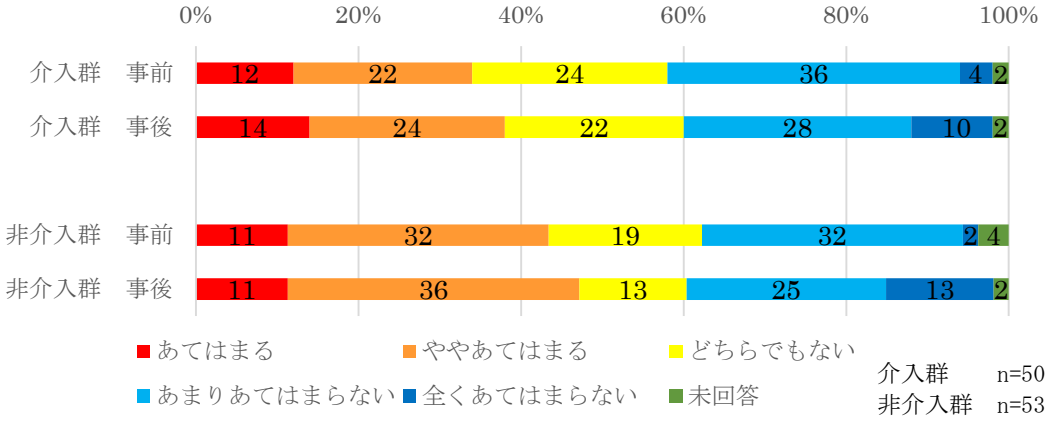


図 65　j.まとめて買うとお得なものは、多めでも買う

k.特価品、ワゴンセールなどについ手が伸びる

あてはまる割合は全体的に減少したものの、あてはまらない割合も全体的に減少した。当初からの介入群と非介入群の違いの方が、事前と事後の違いよりも大きく表れていたため、取り組みによって影響があったのかは明瞭ではない。

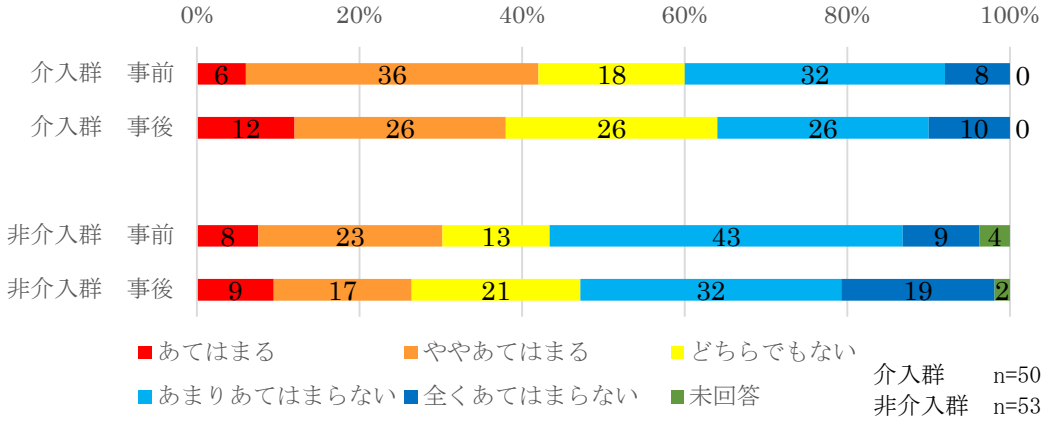


図 66　k.特価品、ワゴンセールなどについ手が伸びる

l.新商品や期間限定品はすぐに買う

事前から「あまりあてはまらない」「全くあてはまらない」が全体の半数以上を占めており、その点ではほとんど変わらなかった。ただし、介入群においては「全くあてはまらない」の割合が大幅に増加し、「あてはまる」も増加して、「あてはまる」と「ややあてはまる」の割合はやや下がった。

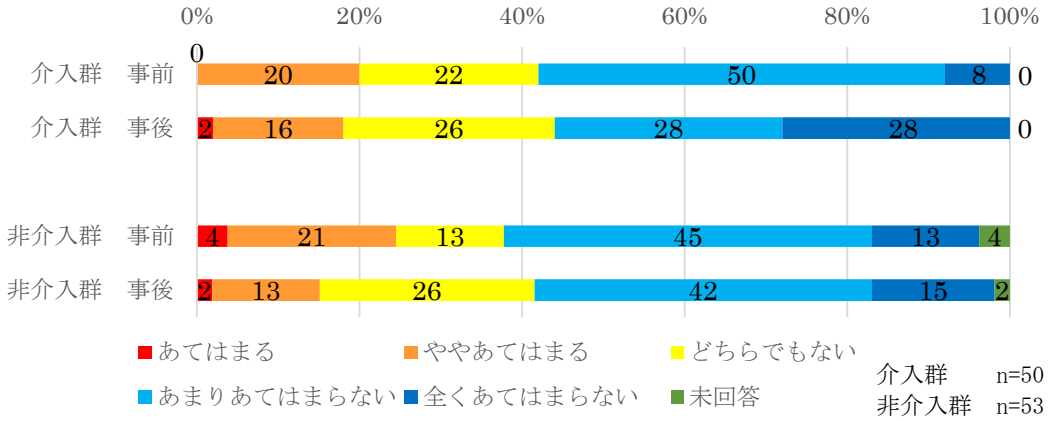


図 67　l.新商品や期間限定品はすぐに買う

m.テレビ等で話題になった食べ物はすぐに買う

事前で 6 割以上を占めていた「全くあてはまらない」「あまりあてはまらない」は事後でも合計ではほぼ変わらないものの、「全くあてはまらない」は 2 倍ほどに増加している。元々話題の物をすぐに買わなかった世帯が、事後にそのスタンスをより強固にした事が伺える。

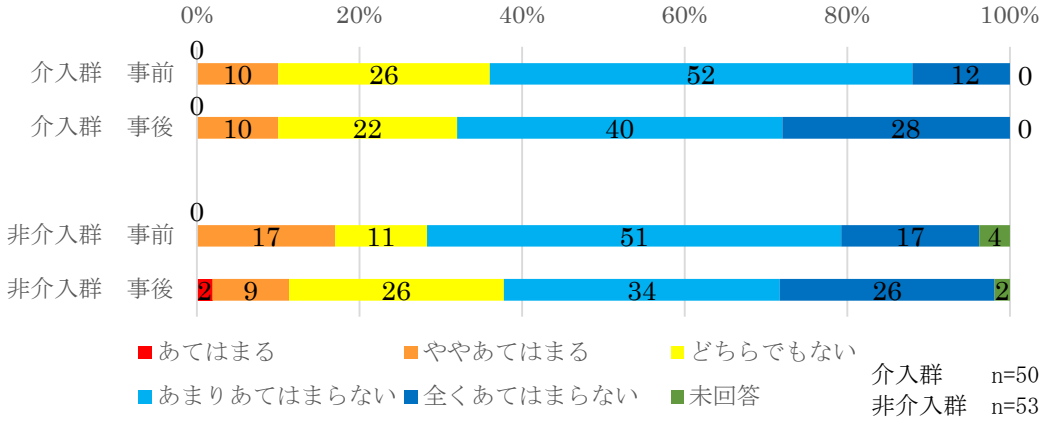


図 68　m.テレビ等で話題になった食べ物はすぐに買う

n.親戚や知り合いから食品をもらう（事前のみ）

問 n については、事前アンケートと事後アンケートで異なる質問を設定した。事前アンケートでは「親戚や知り合いから食品をもらう」について質問した結果、「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した人が多数であった。

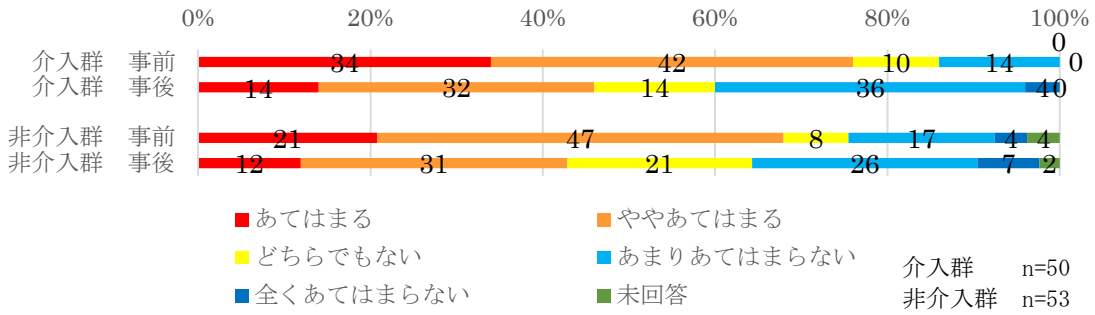


図 69　n.親戚や知り合いから食品をもらう（事前のみ）

n. 食品を買うときに置き場所があるかどうか考える（事後のみ）

問 n において事後アンケートでは「食品を買うときに置き場所があるかどうか考える」について質問した結果、「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した人は半数に達しなかった。なお、非介入群 11 世帯に配布したアンケートには問 n の変更内容が反映されていなかったため、この問においてのみ非介入群は n=42 となった。

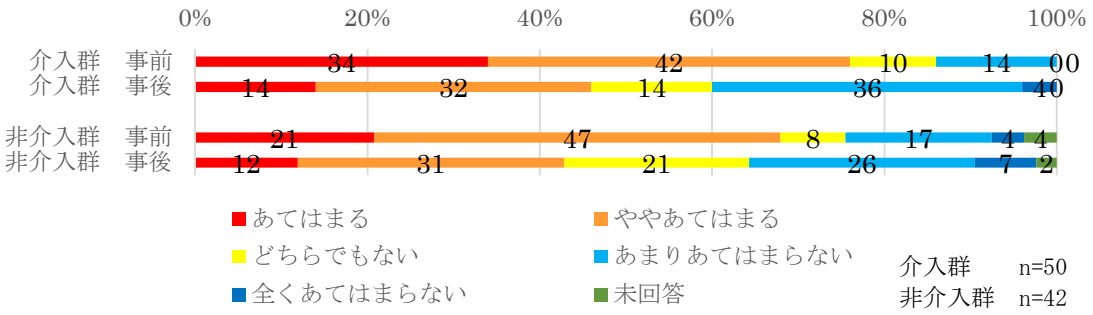


図 70　n. 食品を買うときに置き場所があるかどうか考える（事後のみ）

o.親戚や知り合いに食品や料理をお裾分けする

親戚や知り合いに食品や料理をお裾分けすることについて、全体的に「あてはまる」「ややあてはまる」の割合がやや増加したものの、介入群で「あてはまらない」「あまりあてやまらない」の割合も微増ずるなど、取り組みの影響はそれほど明瞭ではない。

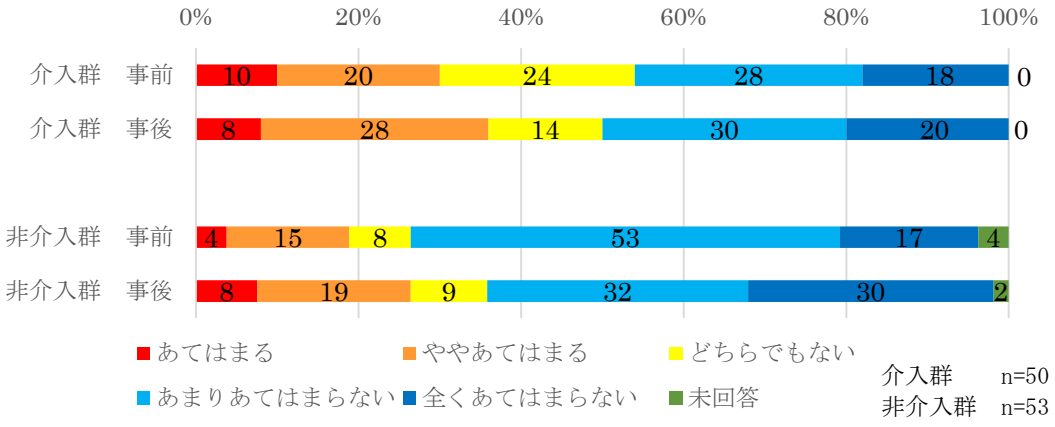


図 71　o.親戚や知り合いに食品や料理をお裾分けする

（４）モニター家庭の意識調査

p.フードバンクに食品を提供する

事前アンケートでは「あてはまる」との回答が得られず、「ややあてはまる」との回答も数%にすぎなかったが、事後アンケートではやや増加した。ただ依然として７割近くが「全くあてはまらない」と回答し、フードバンクの認知が大きく高まったとまでは言えない。

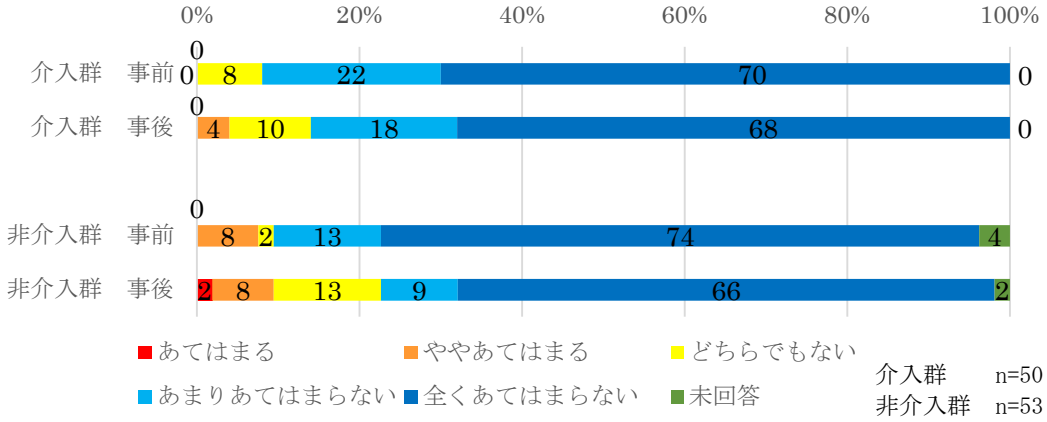
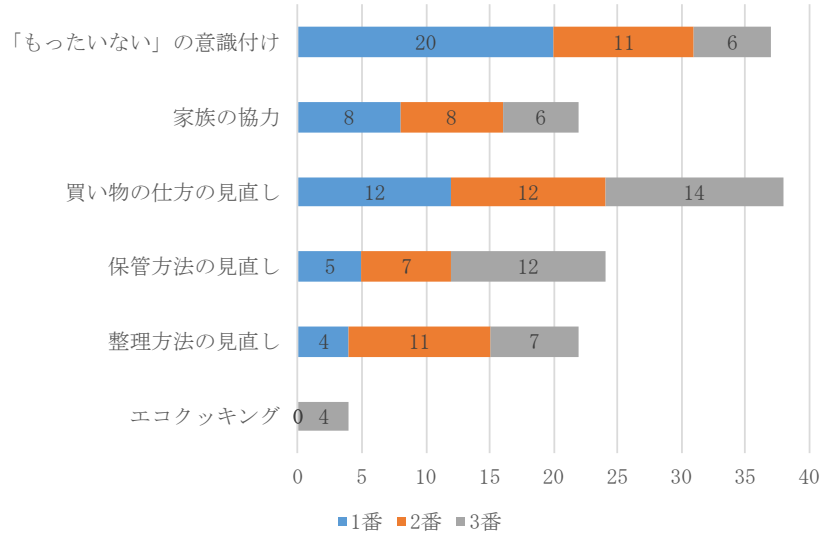


図 72　p.フードバンクに食品を提供する

介入群のみの項目

⑤　食品ロス削減に大切だと思う上位３つを選んでください。

買い物や保管方法、整理方法の見直しよりも、「もったいない」の意識付けを１番だとする回答が最も多かった（図 73）。２番として最も多く選ばれたのは買い物の仕方の見直しであった。



無回答１　n=49

図 73　食品ロス削減に重要な上位３項目（介入群）

（4）モニター家庭の意識調査

介入群のみの項目

⑥　削減方法について次の項目のうち該当するものに〇を付けてください。(複数回答)

「使い切れる分だけ買う」や「家にある食材・食品をチェックする」など買い物行動と整理・整頓の項目が上位に入った（図 74)。

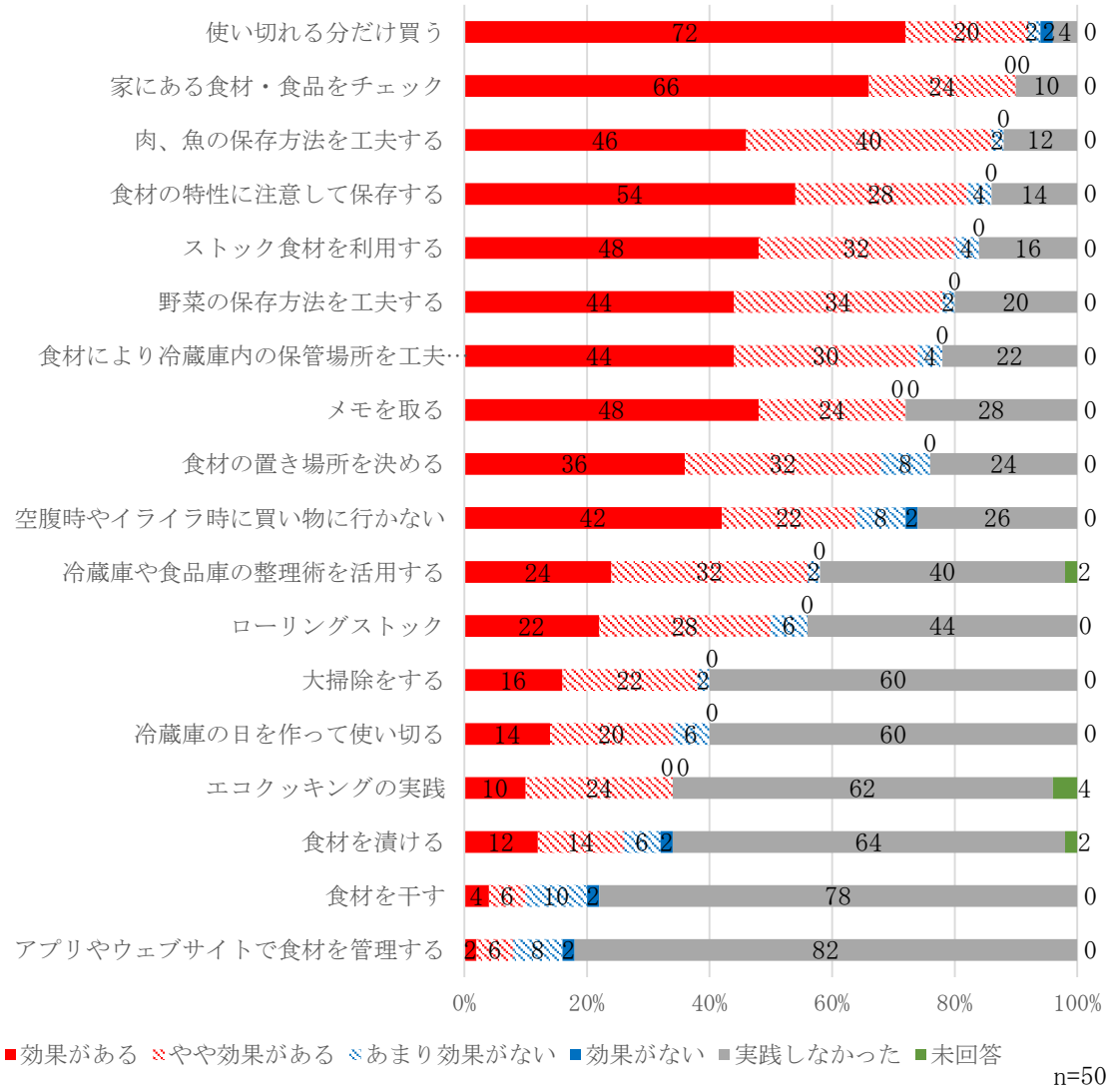


図 74　食品ロス削減方法（介入群）

（4）モニター家庭の意識調査

介入群のみの項目

⑦　エコクッキングを実践した方はそのメニューを教えてください。

お好み焼き、餃子が多く、汁物などの工夫もあげられた（表 41）。

表 41　実践したエコクッキング

原文のまま記載

■お好み焼き
・野菜いための残りをお好み焼きに使った。
・こめこめお好み焼き。
・きゃべつ多めのお好み焼き。
・白菜、キャベツの外側の堅い葉を使ってお好み焼に使って食べきった。
・余った野菜でお好み焼きを作った。

■餃子
・きゃべつ多めのぎょうざ。
・白菜、キャベツの外側の堅い葉を使ってギョーザ。

■チャーハン
・野菜の残りを使用した「やきそば」「チャーハン」。
・残り物を具材にしたチャーハン。

■カレー
・煮物の残りをカレーに投入した。
・残りものカレー。

■保存食
・野菜の塩漬けや肉や魚の塩麹漬け。
・りんご、いちごジャム。
・大量のミカンは食べきれない分をマーマレードにしたり、ドレッシングにする。

■その他
・みそキャベツあんかけうどん。
・じゃがいものチヂミ風。
・ブロッコリーの皮のきんぴらなど丸ごと使って、人参を皮ごと、ピラーでひいてサラダに。
・大根をスープなどに。

・正月にもらった大量のおもちをごはんと一緒に炊いておこわにする。
・野菜の皮でキンピラ。
・自分なりの方法で、今あるもので作ったものはあったが、セミナーで紹介されたものは実践できておらず、又ぜひ作ってみたいと思う。
・肉団子のゆで湯で中華スープを作った。
・のこりもの野菜入りおこのみやき。
・お父さん→辛い麻婆豆腐、子供→豆腐ハンバーグ、同じような食材で冷蔵庫の中をきれいにしました。
・野菜スープ、野菜いため。
・ジャーマンポテト→オムレツ。
・さしみのつまの大根→みそ汁の具。
・お鍋のたべのこし→翌日玉子入りおじやの朝食。
・みそ汁スパゲッティ。

介入群のみの項目

⑧　どのような場合に、食品ロスを出してしまうことが多かったですか？

「もらいもの」に関する記述が 18 件と最も多く、「子どもの食べ残し」が 11 件あった（表 42）。「整理・保存」に関する記述が 11 件あった。

表 42　食品ロスが多かった事項

原文のまま記載

■もらいもの
・人からもらった食品で普段あまり食べないもの。
・いただき物をした場合。
・いただき物をなかなか使わない。
・あまり食べない物をいただいた時。
・もらい物。
・生鮮食品のもらい物がついつい残って傷めてしまうこと
・もらいものの食品で、あまり好きでない物、調理が面倒なもの。
・予想外にもらった野菜・果物。
・もらい物など。
・同じ食品を大量に頂いた物が結局余る。傷むことが多かった。
・もらい物で、後で食べようとしまいこんでいると、忘れていて期限切れになっていた。
・もらったものできらいなものだった時。
・もらいもの。
・頂きものを食べきれずまたは少し残して消費期限がきれる

・たくさん野菜などをもらった時は、使いきれずにロスすることがあった。
・好みでない食品をもらったとき。
・実家などからいただく、野菜、果物等が多く、近所へのおすそわけをしても、たくさんの量があったため、献立も考えたが使い切れなかった。

■子どもに関すること
・子供が自分で買い食いしておなかがあまり空いておらず、おかずが残る。
・子どもの食べ残し。
・子どもの食べる量を多めに考えすぎてしまった時。
・子供の食べ残し。
・こどもが食事中、落とすとき。
・子どもの食べ残し・飲み残し。
・子どもの食べ残し
・子どもの食べ残し
・子どもの食べ残しが一番多かった。
・子供の体調不良の時に食べ残しが出た。
・小学生の子どもの食べ残し。好き嫌い等もあり、メニューによって食べる量に差があった。

■整理・保管に関すること
・冷蔵庫の見えづらい所にあった食材の期限切れを見つけて、食品ロスになりました。
・買っているものを忘れている。もしくは、奥に入れ込んでしまって、消費期限がすぎていることが多かった。
・食品の保存方法がわからず、計画的に使い切ることをしなかった食品はすべてロス。
・冷ぞう庫に何が入っているのか分からずに買い物にしてしまい、余分なものを買ったとき。
・存在を忘れていたとき
・冷蔵庫にうもれている。
・いも類が保存かごの下に埋もれてしまい、腐らしてしまう。
・いただきもので食べきれないこと。
・野菜の保管が悪く食材をいためてしまった。
・家で収穫した物をきちんと保存していなかったので、くさらせてしまうことが多い。
・あることを忘れる・ローテーションミス

■作りすぎ
・作る量が多かったとき

・スープ/みそ汁の作りすぎ。
・食べ残ったものは後日、家族が食べたがらないので。
・量をいつもより沢山作った時

■予定の変更
・夫が仕事から帰宅後、全部食べずにそのまま残ってしまった時。
・急な外食や体調

■なれない食材
・数回しか使わなかった調味料。
・日頃つかわないものを買ってわすれる。

■付属に付いてくるもの
・納豆など我が家では使用しないけれど、付属でついているからしなど。
・付属でついている調味料。

■買い物
・安売りの時にまとめ買い。結局使い切れず捨ててしまう。

■その他
・学校へ持参する水筒に入れているお茶。
・毎日、学校や仕事場に持って行く水筒(お茶)が冬で寒く多く飲み残しがありました。
・子どものお茶の飲み残し。
・食べきれなかったおかずで、量が中途半端なもの(そのまま放置してしまう)
・飲み残し　コーヒー　外食時のお茶
・少しでも傷んでいる野菜や肉の油みなどは、子どもの口に入ると思うと、捨ててしまう。
・基本、あまり、すてることはなかったが、食べるタイミングを逃して、いたんだ時は、食品ロスとなった。
・子供の水筒に入れた残りのお茶。
・好き嫌いが多いのでサラダ等を作った時にロスが出る。
・週末などビールを多く飲んだ時
・なし　子供にも出されたものは全て食べるようしつけているし、万が一残した場合は親がたべています。
・仕事が忙しく、夜遅くに１人で食事をすることが多く、その際フライパンや鍋に残してくれている料理を温めて食べるが、(もともと少し多めに残してくれている事が多いので)

ビミョーに食べきれないことが多かった。

介入群のみの項目

⑨削減マニュアルで役に立ったこと、改善点など、お気づきの点をご記入ください。

「整理・整頓」に関する記述が最も多かった（表 43)。大掃除についてもやってみたいという意見があった。

表 43　削減マニュアルで役に立ったこと、改善点など

原文のまま記載

■お買い物
・カット野菜は割高だと思っていたが、食べ切ることを考えると場合によってはよいと思った。

■整理・整頓
・冷蔵庫の中を整理整頓したことで、奥まで見えやすくなった。
・消費、賞味期限を再確認する為にも定期的に日を決めて、片付けをする。食べきれない物は、先を見通して保存方法を考えたり、他の人におすそわけをする。
・食材をもらうことの多い我が家では、意識していないと野菜室で野菜がいたんでしまうことがあったが、冷蔵庫の中身を考えながら行動するとずいぶん食品ロスをなくすことができると分かったのでよかった。
・スマホにいろいろなアプリがあることを知った。食品ロスについての情報について様々な内容をまとめたマニュアルを初めて見たので、勉強になりました。
・食品庫の大掃除は、時間がある時にぜひやってみたいと思います。収納する時には、場所を決めるようにしようと思いました。「捨てるのはもったいない」という意識は強いので、意地でも食べ切るように心がけていますが、保存の工夫を学びたいと思います。大変いい勉強になる調査でした。ありがとうございました。
・我が家は週末に冷蔵庫をチェックし、できるだけ使い切り、冷蔵庫中を整理するようにしている。冷蔵庫より子どものおやつ、お菓子類が賞味期限切れになってしまうことが多くなっている。
・今回は多忙により大掃除ができなかったですが、時間があるときにまた、実施してみたいと思います。
・大掃除は期間中にできませんでしたが近日中に実施したいと思います。
・整理整頓の仕方がわかった。

■保存
・賞味期限を気にしすぎないようにしようと思った。

・食品ロスと節約が結びついていたらもっとみんな興味を持つと思います。安く大量に買ったものの保存方法など、もっと詳しく教えてほしいです。
・食材の保存方法や冷蔵庫の片付けテクニックは役立ちました。もっと具体例を増やしてもらえたら良いと思います。本の紹介も良かったです。
・保存方法の工夫で食材を使い切れるように取り組みたい。
・保存の仕方で、干したり漬けたりしてみたいと思った。

■エコクッキング
・今までも、食品ロスを出さないようにしていたが、この度、「消費者庁のキッチン」という料理レシピサイトがあることを知り、試してみた結果、料理のレパートリーも広がり、家族にも好評だった。エコクッキングなおかつおいしいメニューがこれからの食品ロスを減らしていく取り組みに大いに役立つと思えた。
・エコクッキングでお好み焼きは、使えると思いました。
・カレーもなんでも入れるので、やってみたいです。

■もったいない“Mottainai”は日本の文化
「もったいない」「感謝の気持」は大切なこと。4 才、5 才、7 才、8 才の 4 人の孫達に夕食を囲みながら日々伝えていきたいと改めて思いました。ありがとうございました。

■その他
・フードバンクの活用は、これから実践したいと思います。
・すてる物を記入する、量るということで、意識して食べ残しや食品ロスが減っていると思います。
・習慣はなかなか変わらないと思う。どれだけ意識を保てるかが大事。
・削減マニュアルより、計量をする方が、意識向上には効果がありました。
・食品ロスがどういう時に発生するか知る事ができ、どのような点に自分は気をつけるべきか知る事ができ良かったです。
・４週間、捨てたくない(記録したくない)ばっかりに子供の残した物は食べる、作った麦茶は飲みきるなど、体を張ってしまいました。持続可能でないといけないのですが・・・。封を開けた食材がロスになっていた(使い切れなくて)ので、計画的に使い切るようにしたい。小さいものを買ってもダメだった。
・食品の保存方法や整理整頓について、1/26 のセミナーで教えていただいたことを実践したいと思います。今回、参加させていただいたことで食品ロスのことを考える良い機会となりました。いただいたマニュアルを見返し、継続していきたいと思います。
・食べきれるだけの料理は少し足りないとき菓子で補ってしまうので，健康維持が難しい。

（4）モニター家庭の意識調査

・子の「こだわり」が強いので，作り置きやエコクッキング的な物には，手を付けないのでそうした対策は不可能。体調がいいと、家事ができるのでロスが少なくて済むと思う。
・残業多いと家事は基本できない。
・残業が何ヶ月も続いた頃は、もっと食品ロスが多かったように思います。共働き家庭にとって、食品ロスを減らすポイントは、時間と心の余裕かもしれません。
・インフルエンザで家族全員が寝込んでしまったため、1/24～27 まで買い物やゴミ出しもしていない。セミナーに出られず残念。ユーチューブは幼児が 2 人いるため，見ようと思っても見られない。
・食品ロスは注意するようになり、食べ残しが減った。
・食べる分だけ購入でき、メニューも考えなくてよいためヨシケイは効果がある。今後、自分で食材等を考えなができれば、より節約できると思う。記入することは手間がかかるが家庭の食生活を見直すきっかけとなった。
・前半は無理して”もったいない”と食べたり、妻に意識して話しかけていたが、結局家族全員で取り組まないと長くは続かないし、けんかの原因にもなってくるので、だんだんと「どうでもいいや」という気持ちになってくる。後半は、ロス自体は増えないものの、積極的な取り組みは行っていません。講習も受けたのにすみません。
・今まで、感覚的に「もらい物を捨てている」とは思っていたが、それがはっきりと分かったので良かった。「もらわない」というのは中々難しいかもしれないが、何か対策を考えていきたいと思う。どうもありがとうございました。
・知らなかったこと・今まで思い込みでしていたことなど多いことに気づかされ、とても勉強になりました。小学生の長男も、一緒にはかりで重さをはかったりして、興味をもっていました。
・意外にうちからの食品ロスは少ないことに気づいた。一般的に、家庭から出るロスよりも産業から出るロスが多いのではないかと思う。
・ワークシートに記載したとおり
・もらいものはロスのもと。
・冷凍庫に最後に入っているものがロス・ストック
・1 か月ではロスの実態が現れない場合もある。
・食品ロスの取組が捨てるなら食べようという気持ちを意識することができました。先日ホテルでの宴会がありたくさんの料理が残りました。パックに入れて持ち帰ろうとしましたが食中毒が心配ということで持ち帰ることはできませんでした。ホテルとしては食品を提供する側の責任として理解できます。お客さんサイドでしっかり残さず食べることしかないなとあらためて思ったしだいです。
・孫達が今回の取り組みで残り物を計量することを説明したら、食べきるように頑張ってくれました。
・セミナーでもお話がありましたが、小さな子供がいると、このシーズンは、インフルと

ノロがたてつづけにやってきます。今年は我が家は元気だったのでロスはでませんでしたが、前年度までは、いつもよりだいぶでていたり、日頃とは買い物内容がちがったりします。子育て世代はちがうシーズンの方がありがたいのかなあという感じはしました。日本でででている食品ロスの多さやフードバンクなど知らないこともたくさんあったので、ためになりました。
・26 日の会の後　リセットしてきれいにしようと思っていたが、インフルエンザになり、まだできていないので、ぜひこのあときれいにしたい。
・以前から実践していたことなので、目新しさがなかった。かなり昔から言われていることを教えてもらったが、いまもそのままなのは裏をかえせば実践が難しいことなのだなあと改めて思った。
・外食すれば家庭でのロスは減るが、その分外でのロスが増えるので、そのあたりも考えていくべきことかもしれない。
・仕事が忙しいので週末や早く帰れる日にまとめ買いをしていたが、けっこうむだが多い（捨てなくても、むりやり食べたりしてしまう。）まとめ買いを見直したい。
・毎日の記載が、忙しく忘れることがあった。しかし、ロスを少なくしようという意識はあり、ロスは少なくなった。
・2 回目受講後、1 月末から身内にアクシデントがあり、実践していた私が、県外へ出ることが多くなってしまいました。その為、通常ではない生活が続いています。本来なら頑張って 2 週間実践することが良いと思いますが、義母に食事についてまかせたり等が続いているため、後半 2 週間は未提出です。本当にすみませんでした。主人からは“冷蔵庫の中がきれいになったね”と言われてます。
・メニューを考えるときに、いかに使い切るかという意識がついたと思う。

非介入群のみの項目

⑩　「食品・お買い物ダイアリー」について記入しづらかった点を教えてください。

記入しづらかったという意見よりも、感想や前向きな意見などが目立った（表 44）。

表 44　「食品・お買い物ダイアリー」について記入しづらかった点

原文のまま記載

■改善点
・A 表と B 表どちらに記入したらよいのか迷うこともあった。
・ダイアリー開始前の食品の値段がはっきりしなかった。
・捨てた理由が選びにくかったです。「傷んでいた」＝入手したときに傷んでいた？保存している内に「傷んでしまった」？　これは消費期限切れ？
・価格を計算するのが大変だった。
・8 本入りのステックパン等、袋入りの物を、ほんの少し食べ残した場合、記入の仕方が

難しかった。
・金額の計算がなければもっと書きやすかったです。
・購入価格はだいぶ前に買ったものの値段がわからず、調べたりレシートを遡ったりして大変だった。何分の何って言うのも少し悩んだ。(微妙な量のとき)
・1 袋入り 3 本などレシートに書かれていないものはその都度レシートに記入してロスの割合を計算するので、1 袋何個入りと記入できるような場所があったほうが計算しやすかったと思う。
・袋売りしていた物や購入時に重さを計っていなかった食品の一部を捨てることになったときの割合の算出ができなかった。
・数個入りで買ったジュースや食べ物の残りを捨てる割合の金額を考えるのが難しいです。ほんの少し残したときなど。だいぶ前に買ったものは値段が？です。
・ミカンが腐っていたら皮ごと計るか、中身を計るかで大分量が違います。大きいミカンのときなど。
・買った物を捨てた時、金額、グラム数を覚えてないので捨てた量の換算がしづらかった。
・レシートを毎日貼るのが大変でした。家計簿を書くのに必要な場合、手書きになるのもまた大変なので、残したものについて計算が必要なものについてのみ記入するようにしてはどうかと思います。

■感想
・慣れるまで全般に記入しづらいと感じましたが、数日で気にならなくなりました。
・思ったより楽しかったかも。
・レシートと、食品ロスを連動するのが難しかった。
・簡単に書くことができました。

■その他
・平日は両親に買い物を頼んだり、夕食を作ってもらったりすることが多かったので、両親分と自分の家族分を分けて、記入したこと。(4 人家族で申告していたが、両親含め 6 人家族としたほうがよかったのかもしれない)。B 表に記入したことが、何のデータになるのか？分からないままとりあえず記入したこと。
・まとめ買いをしているので、レシート等がなく、おもい返すのが大変で税込み価格など記入できませんでした。
・普段家計簿をつけないので新鮮だった。
・レシートを貼るだけなのは便利でした。
・レシートをなくしてしまったりしたのでいくらで購入したのかわからなくなり、いつも行くスーパーで値段を見て記入した。

・外食やテイクアウト利用が多いので、記入すべきかどうか判断が厳しい場合がよくあった。
・食品区分とメインのつけ足しの野菜の配分量
・わかりやすかったと思います。
・調理くずとして計量しなかった（野菜のヘタや葉物野菜の外側）ものもあったが良かったのか。自分の判断で決めなければいけないので、判断が正しかったか自信がない。

非介入群のみの項目

⑪ 計量に参加してたいへんだったことを教えてください。

計量に参加してたいへんだったことがアンケートの質問であったが、削減を依頼していなかったにもかかわらず、「残さないように意識した」「食品ロスをなくすように努力した」などや意識が変化したなどの感想があった（表 45）。

表 45 計量に参加して大変だったこと

原文のまま記載

■大変だったこと
・記入忘れをしそうになったこと。
・食べ残した量を測ること
・魚など油が多い物の計量が難しくかたづけに手間がかかった。
・捨てる物の金額がレシートに残っていないものだと調べるのが大変だった。捨てるものの割合と計算が面倒だった。
・お金を払って買った物で捨てた分の金額を書くのが大変だった。
・購入金額を確認するのがやや手間に感じた。
・始めは、入れ物から出して違う入れ物に入れて計っていたが、洗い物が増えるので、引き算法でやるようにしたが、暗算ができるのでよかったけど、習っていない人は、面倒だろうなぁ。と思いました。
・自分で買う物は、使いきれる分しかほとんど買わないので、全額計算をしなければならない場合は、大変だなと思いました。
・今、つわり中だったため、少し記入が大変でした。
・毎日、飲料の飲み残しが多かったので、何回も量っていました。
・夜遅く帰ると、子どもの食べ残しを捨てられていて妻に確認したこと。
・少し残ったソース等をはかるのはたいへんだった。できるだけ残さないようにした。
・家族全員が理解できていないと、留守の間に食べ残しを捨ててしまっては計量できないことになるので、食後の片づけが進まなかった。
・大きな皿の場合、移しかえないと数値が見えない。
・お茶やコーヒー等を、家族全員分、食事のたびに計算するのが大変であった。

（4）モニター家庭の意識調査

■大変ではなかった
・計量をしなければいけないという、する前の負担感はあったがやってみるとそんなに大変ではなかった。
・残して捨てるものだけ計量するので、それほど負担にならなかった。
・思っていたよりも、ロスな物、(ロスを作らないように心がけていたこともあって) 思ったより大変ではなかった。
・予想していたほど大変には感じなかった。

■感想、反省
・残さないように意識して食事をしたこと。
・これからも、この経験を活かして、食品ロスをなくすように努力したい。
・夏場だともっとたくさん出たかもしれないので気をつけたい。
・食べ残しを意識して思ったより、食べ残したもの、捨てるものが少ない結果になった。
・ダイアリーへの記入が少ないので、データとしてどうか？と心配をしている。
・４週間で食品ロスについて、かなり意識するようになったので、当分、この生活が続いていくような気がする。
・子供が小さいためメモ書きしておいて数日まとめて書くことがありました。ほぼ、実際と思います。
・早くいたみやすい物も、先に使おうと心がけるなど、自分自身の意識もかわったように思います。参加してみてよかったです。
・食品ロスを出さないように、いつより多く、子供たちの残り物を食べました。

■その他
・私がインフルエンザで体調を崩したときに主人が計量してくれたが、体調が悪い時に計量してもらうのが大変だった。
・子どもの体調不良が続き、きちんとまとめられなく、すみません。
・家事にやる気が出て楽しかったです。2 才の娘が食べずに床に落としたりするのは計れていません。お茶の飲み残しが 2/2 からしか計れていません。すみません、そんなに多くないですが。
・捨てるときになって、元の重さを計っていないため計算がおおまかになった。
・普段どおりでないといけないと思ったが「残せば計量」という意識があり、刺し身のけん、しょうゆ、すしのがりなどは残さず食べた。これでは、きちんとした調査につながってないのでは・・・と申し訳ない気持ちです。
・揚げ油を使いきれず、捨ててしまったのですが、記入すべきかわからなかったです。
・家族全員がインフルエンザ A 型になり、買い物に行くのもままならず、(同じ町内、と

なりの班）実家の親が支援してくれたこと。健康がいちばん。
・レシートを集めることの他の家族が購入したものを集計すること。
・家族が 8 人と多くうち 3 人は 3 食とも家で食べていることもあり食品ロスはほとんど発生せず食べきっているのがわかった。ロスがあまり（ほとんど）出ていないのでそれほど大変ではなかった。

４．業務結果と考察

①介入群と非介入群

協力モニターの半数を介入群として抽出し、介入群に対し削減の取組を指導した。一方、介入群として抽出されなかった非介入群に対しても、４週間、食品ロス量の記録を依頼した。非介入群による記録だけの取組があることで、記録することによる削減効果の有無を調べ、介入群の削減の取組による削減量と、記録行為による減少効果を区別することができると考えた。

その結果､非介入群にも減少する傾向が見られた｡非介入群のアンケート結果においても、「残さないように意識して食事をした」などといった意見が出され、記録行為のみによっても意識の変化が現れたことが明らかになった。しかし、一方で本業務の趣旨には沿わないものの、４週間の計量に煩わしさを感じ、普段は食べ残す場面で、計量を回避するために無理に食べたという声もあった。

②変化率の比較、その差異の理由と考察

介入群全体で変化率は、飲料を含む場合-30.4%、飲料を含まない場合-39.8%となった。非介入群全体においても変化率は負の値となり、飲料を含む場合-21.5%、飲料を含まない場合-23.2%であった。介入群では、「食品お片づけ・お買い物マニュアル」の配布や「食品お片づけ・お買い物セミナー」への参加、削減努力の依頼などの学習効果や心理効果が寄与したと考えられるが、非介入群においても減少する傾向がみられた。

非介入群のアンケートにおいても「残さないように意識して食事をした」「４週間で食品ロスについてかなり意識するようになったので、当分この生活が続いていくような気がする」「早くいたみやすい物も先に使おうと心がけるなど、自分自身の意識もかわったように思います。参加してみてよかったです」「食品ロスを出さないように、いつもより多く子供たちの残り物を食べました」など、意識の高まりが表れた意見が出された。

③他都市における調査結果との比較

ここでは、他都市で実施された調査結果と比較するため、飲料を除く「手付かず」と「食べ残し」の１人１日廃棄量を算出した[2]。介入群では手付かず 13.7g、食べ残し 7.9g の合計 21.6g から手付かず 7.9g、食べ残し 5.1g の合計 13.0g に減少し、非介入群では手付かず 10.7g、食べ残し 7.8g の合計 18.5g から手付かず 7.1g、食べ残し 7.1g の合計 14.2g に減少した。

愛知県の調査では、１週間の計量の結果、生ごみの発生量は１人１日あたり 136g で、そのうち調理くずを除くと 21g（「賞味期限切れ」7g、「食べ残し」15g）であった。本業務の前半２週間の飲料を含まない食品ロス量（介入群 21.6g、非介入群 18.5g）は、愛知県の結果とさほど変わらないと言える。

[2] 「手付かず」は、飲料を除く廃棄量から「食べ残し」を引いて求めた。

神戸市の調査では削減取組を記載したものを配布した上で、「手付かず食品」と「食べ残し」を区別して計量した結果、手付かず食品が約 16g、食べ残しが約 5g で、合わせて 21g であった。本調査の介入群は、削減の取組後、後半２週間では飲料を含まない食品ロス量が 13.0g であったことから、神戸市の結果よりも食品ロス量が少なかったと言える。ただし、神戸市では必ずしも計量していたのではなく目分量で重さを記録していたことに留意が必要である。神戸市は夏と冬に調査を行っているが、この結果は冬に実施されたものである。神戸市では削減の取組について資料を配布したのみで、本業務のように説明会は実施していなかったため、説明会を実施したことが食品ロス量の削減に効果的だった可能性がある。

岡山市の調査では、ワークショップの実施前後で２度の計量が行われており、「調理くず」、「食べ残し」、「手つかず食品」、「その他」の食品ロスの内訳が記録されており、実施前は合計で１人１日あたり平均 105g、実施後は 94g であった。その他にはペットフード等が該当する。内訳については比率で示されているが、合計量から絶対量を算出したところ、このうち本業務と比較可能な食べ残しと手つかず食品を合わせると、実施前は約 12g（食べ残し 8g、手つかず食品 4g)、実施後は約 13g（食べ残し 8g、手つかず食品 5g）であり、この２項目には削減効果がみられなかった。調理くずとその他は減少し、合計量も減少しているため、岡山市での調査では、食べ残し、手つかず食品よりも、調理くずやその他のほうが食品ロスの予防に意識が働きやすかったのかもしれない。また、本業務での前半２週間の飲料を含まない食品ロス量（介入群 21.6g、非介入群 18.5g）と岡山市のワークショップ実施前の結果（約 12g）を比較すると、岡山市のほうが低い。本業務の後半２週間の飲料を含まない食品ロス量（介入群 13.0g、非介入群 14.2g）と岡山市のワークショップ実施後の結果（約 13g）を比較すると、介入群の結果が岡山市の結果と並んだ。理由はわからないが、岡山市の値はワークショップ実施前からかなり少ないと言える。

高崎市の調査では、「調理くず」、「食べ残し」、「直接廃棄」に分けて記録され、１人１日あたり平均で合計 116.6g であった。このうち、食べ残し（17.0g）と直接廃棄（12.5g）を合わせると 29.5g であった。本業務の前半２週間の飲料を含まない食品ロス量(介入群 21.6g、非介入群 18.5g）は、高崎市の結果を下回っていることがわかった。

表 46　他都市における調査結果との比較

実施主体	食べ残し	調理くず	手付かず	その他	飲料	１人１日廃棄量（平均値）
消費者庁（徳島県）飲料あり	○	－	○	－	○	前半２週間 介入群：30.0g　非介入群：28.0g 後半２週間 介入群：20.9g　非介入群：22.0g
消費者庁（徳島県）飲料なし	○	－	○	－	－	前半２週間 介入群：21.6g　非介入群：18.5g 後半２週間 介入群：13.0g　非介入群：14.2g
愛知県	○	○	○	－	－	合計　136g （内訳）調理くず：　114g 食べ残し：　15g 賞味期限切れ：　7g
神戸市※3	○	－	○	－	－	合計　約 21g （内訳）手付かず食品：　約 16g 食べ残し：　約 5g
岡山市 ワークショップ 実施前	○	○	○	○※1	※2	合計　105g （内訳）調理くず：　66%（69g） 食べ残し：　8%　(8g) 手つかず食品：　4%　(4g) その他：　22%(23g)
岡山市 ワークショップ 実施後	○	○	○	○※1	※2	合計　94g （内訳）調理くず：　69%（65g） 食べ残し：　8%　(8g) 手つかず食品：　5%　(5g) その他：　18%(17g)
高崎市	○	○	○	－	－	合計　116.6g （内訳）調理くず：　87.1g 食べ残し：　17.0g 直接廃棄：　12.5g

※1 ペットフード等が該当する。
※2 記録しているが、１人１日当たりの廃棄量には含めていない。
※3 全量計量ではなく、目分量で重さを記録している。

④日ごとの食品ロス量の変化と天候との関係

自由記述欄に、天候が悪かったため買い物に行かなかったという主旨の記載があったことから、天候と食品ロスの発生について関係性があるかもしれないと考え、調査期間の天候についても調べた。介入群と非介入群の日にちごとの食品ロス重量合計を並べてみると、日によって変動はあるものの、後半２週間のほうが前半２週間よりも食品ロス量が平均的に下がっていることがわかる（表 47　日ごとの食品ロス量及び天候)。世帯数は異なるものの、各群の食品ロス合計量が１日に 7,000g を上回る日が、前半２週間では、介入群で３日、非介入群では４日あったが、後半２週間はなかった。また、3,000g を下回った日が前半２週間にはなかったが、後半２週間では介入群において２日もあった。意識の変化が表れていると考えられた（図 75　日ごとの食品ロス量及び天候)。飲料（主に家で作ったお茶）の割合が後半で増えたが、それ以外に内訳の大きな変化はなかった（図 28 及び図 29)。気温が低くなると飲み残しが増えることから、飲料の飲み残しについては、食品ロス削減取組の実施如何ではなく気候や気温に左右されていると思われる。

表 47　日ごとの食品ロス量及び天候

日にち	食品ロス量		徳島市の天気概況		徳島市の気温	
	介入群	非介入群	昼(06:00-18:00)	夜(18:00-翌日06:00)	最高気温	最低気温
1月14日	4,868 g	7,731 g	曇	晴一時薄曇	7.0 ℃	0.2 ℃
1月15日	7,063 g	4,653 g	晴後一時曇	晴	10.1 ℃	-1.3 ℃
1月16日	7,434 g	7,535 g	晴	曇時々雨	14.7 ℃	1.5 ℃
1月17日	9,161 g	4,627 g	雨時々曇	晴一時曇	15.7 ℃	9.9 ℃
1月18日	5,651 g	5,604 g	快晴	晴後時々曇	16.2 ℃	7.6 ℃
1月19日	6,666 g	4,042 g	曇一時晴	晴時々曇	10.9 ℃	5.8 ℃
1月20日	4,240 g	6,229 g	晴後一時薄曇	晴時々曇	12.8 ℃	4.9 ℃
1月21日	6,106 g	4,550 g	晴時々曇	薄曇一時晴	12.7 ℃	4.9 ℃
1月22日	4,569 g	8,423 g	雨時々曇	晴時々曇	6.6 ℃	2.3 ℃
1月23日	5,945 g	5,348 g	晴後時々雨	晴後時々雪	11.5 ℃	0.5 ℃
1月24日	4,940 g	5,125 g	晴	快晴	3.5 ℃	-1.5 ℃
1月25日	4,412 g	7,094 g	晴	晴	5.2 ℃	-1.5 ℃
1月26日	5,829 g	5,512 g	曇時々晴一時雪	晴一時曇	5.4 ℃	0.5 ℃
1月27日	5,050 g	4,607 g	晴	晴時々曇	6.6 ℃	-0.2 ℃
1月28日	5,826 g	3,801 g	曇	曇	5.4 ℃	0.1 ℃
1月29日	3,222 g	5,119 g	曇後時々晴	晴	6.7 ℃	0.5 ℃
1月30日	3,495 g	3,950 g	晴	晴一時薄曇	6.4 ℃	-0.5 ℃
1月31日	4,106 g	5,676 g	薄曇時々晴	曇後一時雨	8.5 ℃	0.3 ℃
2月1日	5,368 g	5,065 g	雨時々みぞれ	曇時々晴一時雨	4.6 ℃	1.5 ℃
2月2日	2,017 g	4,481 g	薄曇一時晴	薄曇時々晴	8.8 ℃	1.4 ℃
2月3日	3,002 g	3,963 g	晴一時曇	曇一時晴	9.3 ℃	2.5 ℃
2月4日	5,203 g	3,383 g	雪後晴	快晴	4.0 ℃	-0.5 ℃
2月5日	4,982 g	5,696 g	晴一時雪	雪時々晴一時曇	3.5 ℃	-1.2 ℃
2月6日	3,691 g	4,163 g	晴時々雪	晴	4.5 ℃	-2.3 ℃
2月7日	3,591 g	3,300 g	快晴	快晴	5.0 ℃	-3.3 ℃
2月8日	6,704 g	3,215 g	快晴	快晴	7.7 ℃	-1.7 ℃
2月9日	2,703 g	5,013 g	晴後薄曇	薄曇後一時雨	8.9 ℃	-2.6 ℃
2月10日	3,144 g	6,850 g	大雨	曇一時雨	7.5 ℃	2.9 ℃

天気概況及び気温の出典：気象庁

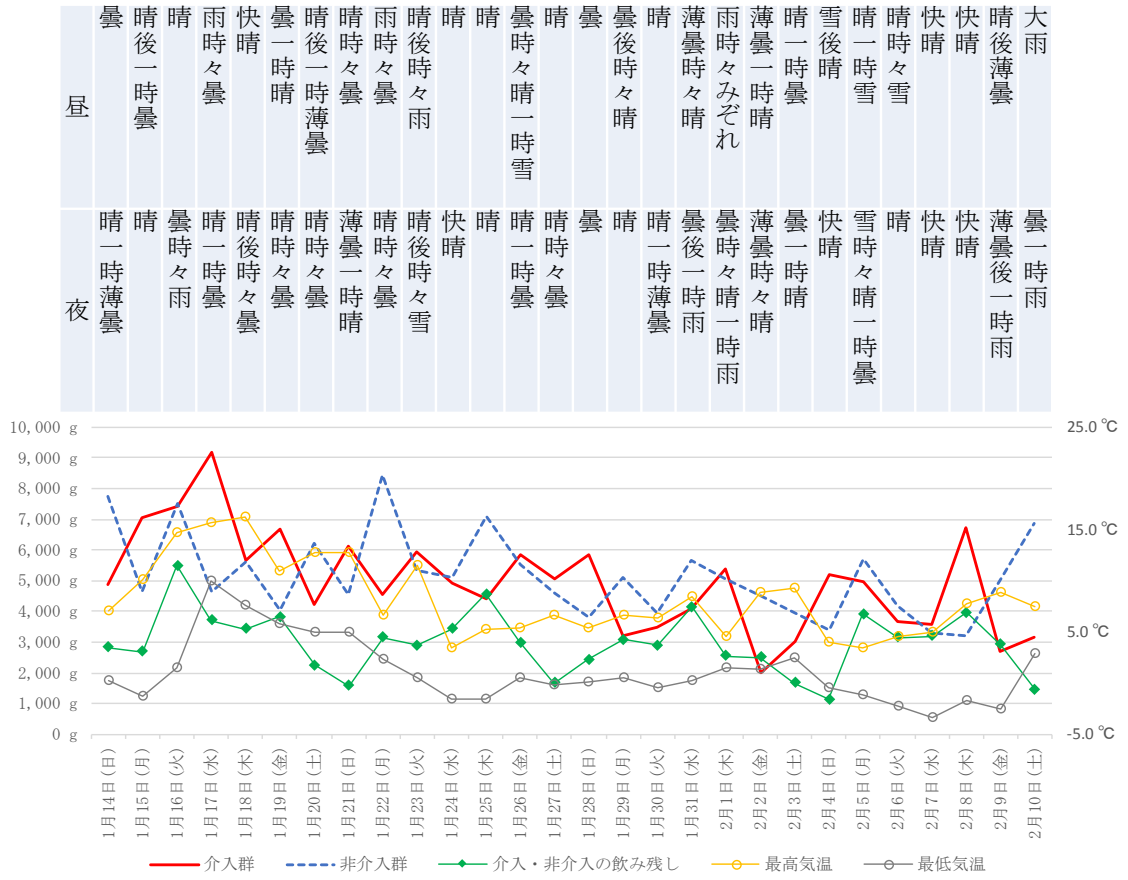


図 75　日ごとの食品ロス量及び天候

⑤金額に関する考察

食品ロスを捨てることでいくら捨てているかを集計した結果、103 世帯が 4 週間で捨てた食品ロスの購入金額は合計で 41,256 円となった。ただし、金額については【A購入したもの】についてのみ記録することとしているため、この結果には【B 金額が不明瞭なもの】にかかった金額は含まれていない。

介入群・非介入群ともに、前半２週間から後半２週間で、食品ロス量は減少し、それに伴って、【A購入したもの】の食品ロス相当の金額も減少した。

介入群は、前半２週間では１世帯２週間あたり 191.7 円を捨てていたが、後半２週間では 147.9 円となり、43.8 円（１世帯１日あたり 3.1 円）の節約効果がみられた。そのうち約７割は生鮮食品と加工食品が占めていた。1 週間以内と 15 日以上前に購入したものを捨てた割合が高く、前半２週間では、1 週間以内のもの 82.1 円分を、15 日以上前に購入したものを 58.3 円分捨てていた。「食べ残した」「消費期限切れ」「賞味期限切れ」「傷んでいた」という理由で捨てる分の金額が高く、前半２週間でそれぞれ 40.5 円、46.1 円、27.1 円、49.2 円分をこれらの理由で捨てていた。

飲料を除外した場合、介入群では前半２週間で 168.3 円分を捨てていたが、後半２週間では 133.3 円となり、35.0 円（１世帯１日あたり 2.5 円）の節約につながった。

非介入群においても、飲料を含む場合、捨てた食品の金額は、前半２週間から後半２週間で 232.3 円から 225.8 円に微減した。また、飲料を除外すると、食品ロス量は微減したにもかかわらず金額は微増した。

従来の調査では飲料の計測は実施されていなかったが、本業務では飲料のロス量が、削減の取組が実施されていない前半２週間において、介入群では 456.7g、非介入群では 520.0g であることがわかった（【A購入したもの】の飲料と【B金額が不明瞭なもの】の飲料の合計）。

介入群の後半２週間においてロス金額が０円であった世帯が取り組んでいた取組は「a. 買い物に行く前に購入する食品を決めている。」「c. 消費期限・賞味期限が長いものを選んで買う。」「i 冷蔵庫に何が入っているか把握している。」「b お店に行って食品を見てから買うものを決めている。」であった（図 77　後半の廃棄金額が０円となった介入群 11 世帯が「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した取組）。

⑥自由記述欄からの考察

【食品ロスを減らすアイデアに関する自由記述】

介入群には、後半２週間、ダイアリーの【ポイントメモ】欄でその日の取組で気づいたことやよくできたことを記録してもらった中で、エコクッキング（余った食材の再利用など）、買い物での工夫（必要なものだけを買うなど）、保存の工夫（冷凍するなど）、整理の工夫（冷蔵庫の中の置き場所を決めるなど）などについて書かれることが多く、これらの取組は「お片付け・お買い物マニュアル」で紹介した内容でもあり、実践しやすい取組であると考えられた。

上記のほかにも宅配サービスを利用して人数分に適した量の材料だけ買うことにより食品ロスが出なかった例や、帰宅時間の遅い家族も食べやすいようにメニューと量を考慮した例、余った分を冷凍保存する前提で献立を考えた例、「子どもにも料理のお手伝いを一緒にして、自分で作る喜びや、自分で作った物を家族のみんなに食べてもらう嬉しさを味わってもらうようにしています」といった記述があり、家族の協力や外部サービスを上手く活用することで食品ロス削減への効果がありそうである。

変化率が低かった上位 20 位の世帯の回答では、「小分けや下処理をして、冷蔵又は冷凍する」（回答数６世帯）「必要な物だけ買う」（回答数４世帯）だったことから、このような取組が食品ロスの削減に効果があるかもしれない。

【食品ロスの要因に関する自由記述】

食品ロスが出てしまうものとして「もらいもの」を挙げる記述が多かった。普段の献立では使いづらい食材であることや、量が多いこと、タイミングが選べないことなどにより、も

らいものは食品ロスにつながりやすいことがわかった。

次いで、子どもの食べ残しも食品ロスにつながる要因として挙げられることが多かった。子どもの食べる量や好き嫌いは、大人よりも予測が難しいと考えられた。これに対しては、子どもの食べ残しが出ることを想定して、子どもが食べられる量を盛りつけるといった工夫をしている世帯もあった。

冷蔵庫などの整理整頓が不十分で、奥に入れて見えづらい場所にあった食品がいつのまにか傷んでいたという反省をしている人も多かった。これに対しては、食品の置き場所を決めたり、冷蔵庫等の奥まで見渡せるように整理したり、期限が近い食品を目立つ場所に置くといった工夫をした方が多く、事後アンケートの「お片付け・お買い物マニュアルで役だったこと」という問いに対して整理・整頓に関する取組を挙げる人が多かったことにも注目度の高さが表われている。

「お片付け・お買い物マニュアル」の内容については、整理整頓の他に、「消費者庁のキッチン」で紹介しているレシピが役に立ったという声や、保存方法の紹介が役立ったという声も多かった。また、ダイアリーで毎日の食品ロス量を記録すること自体、食品ロスを意識させ、食品ロス量の削減につながるという声もあった。

この他に、家族の体調が悪いときや、残業が続くことが食品ロスの発生につながるという指摘もあった。また、学校から持って帰った水筒のお茶の飲み残しも挙がった。

【その他】

賞味期限が記載された商品であるにもかかわらず、「消費期限が切れたため捨てる」という記述が多く見受けられた。このことは、賞味期限・消費期限の違いについて正しい理解が十分周知されていない表れと考えられ、更なる周知が課題として挙げられる。

⑦実践した取組や行動の変化

事前アンケート及び事後アンケートで同じ質問を設け、４週間の取組の前後で、実践した取組や行動の変化について比較した結果、「冷蔵庫に何が入っているか把握している」「買い物に行く前に購入する食品を決めている」「１週間や３日分などの献立はまとめて決めている」「必ず食べきるものだけを選んで買う」と回答した人が、介入群・非介入群ともに顕著に増加した。一方、「お店に行って食品を見てから買うものを決めている」について、あてはまらないと回答した人が介入群・非介入群ともに増加した。このことから、食品ロスを出さないよう意識することで、冷蔵庫に入っているものをチェックし、献立の計画を立て、それに必要なものだけを買い物するという傾向が見られた。しかしながら、有識者が指摘するように、計画的な食材管理や買い物行動を続けているとそれが負担にもつながりかねず、店に行って旬の食材を選んだり、買い物や料理自体を楽しむことも、継続的に食品ロスを減らすために忘れてはならない。

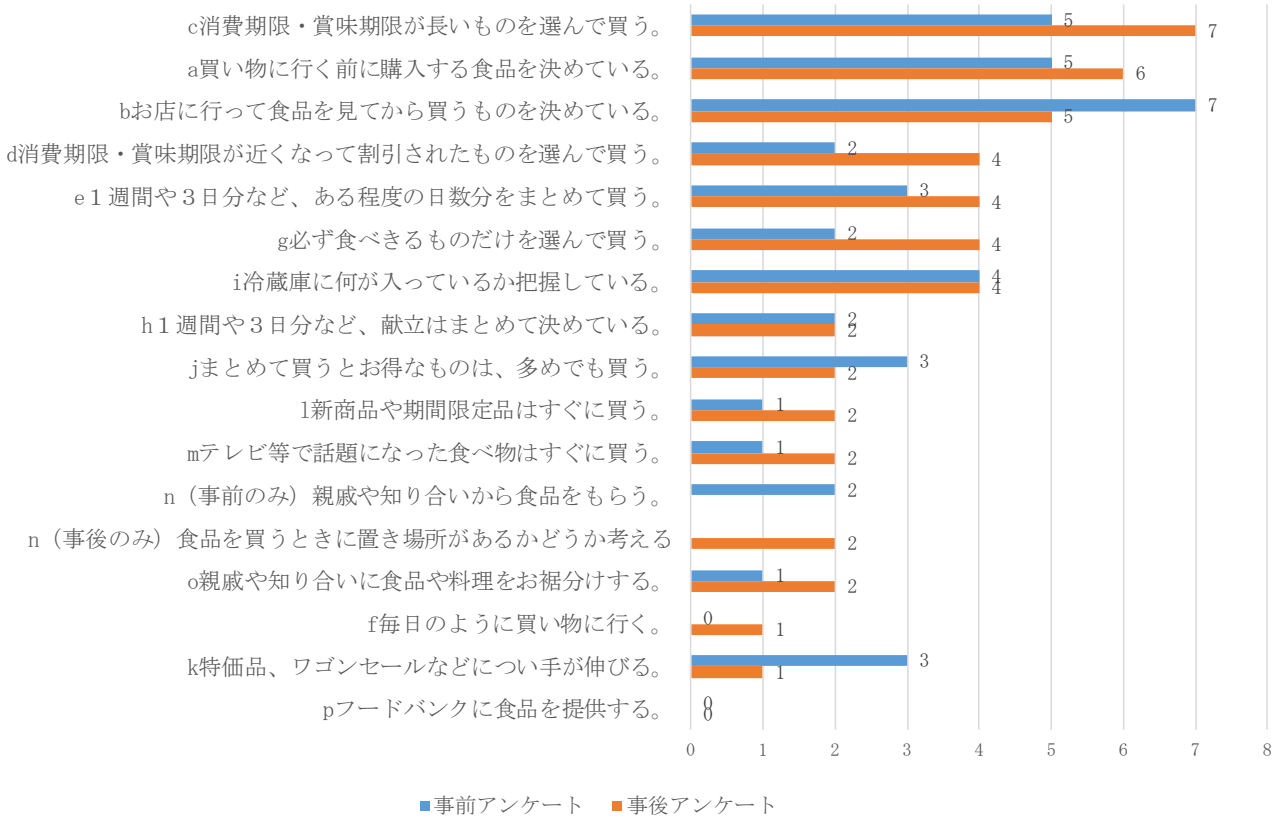
次に、介入群モニター家庭の中で、飲料を含む変化率が低かった 10 世帯に注目した。世

帯構成人数は、6 世帯が３人、4 世帯が４人である。そのうち３世帯には５歳以下がいて、65 歳以上の高齢者がいる世帯はない。

事前と事後のアンケートで「あなたの買い物や行動についておたずねします。」への各回答数をまとめた結果、「c. 消費期限・賞味期限が長いものを選んで買う。」「a. 買い物に行く前に購入する物を決めている。」「b. お店に行って食品を見てから買うものを決めている。」について「あてはまる」と「ややあてはまる」を選んだ世帯が多かった（図 76　介入群の変化率が最も低い 10 世帯が「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した取組)。

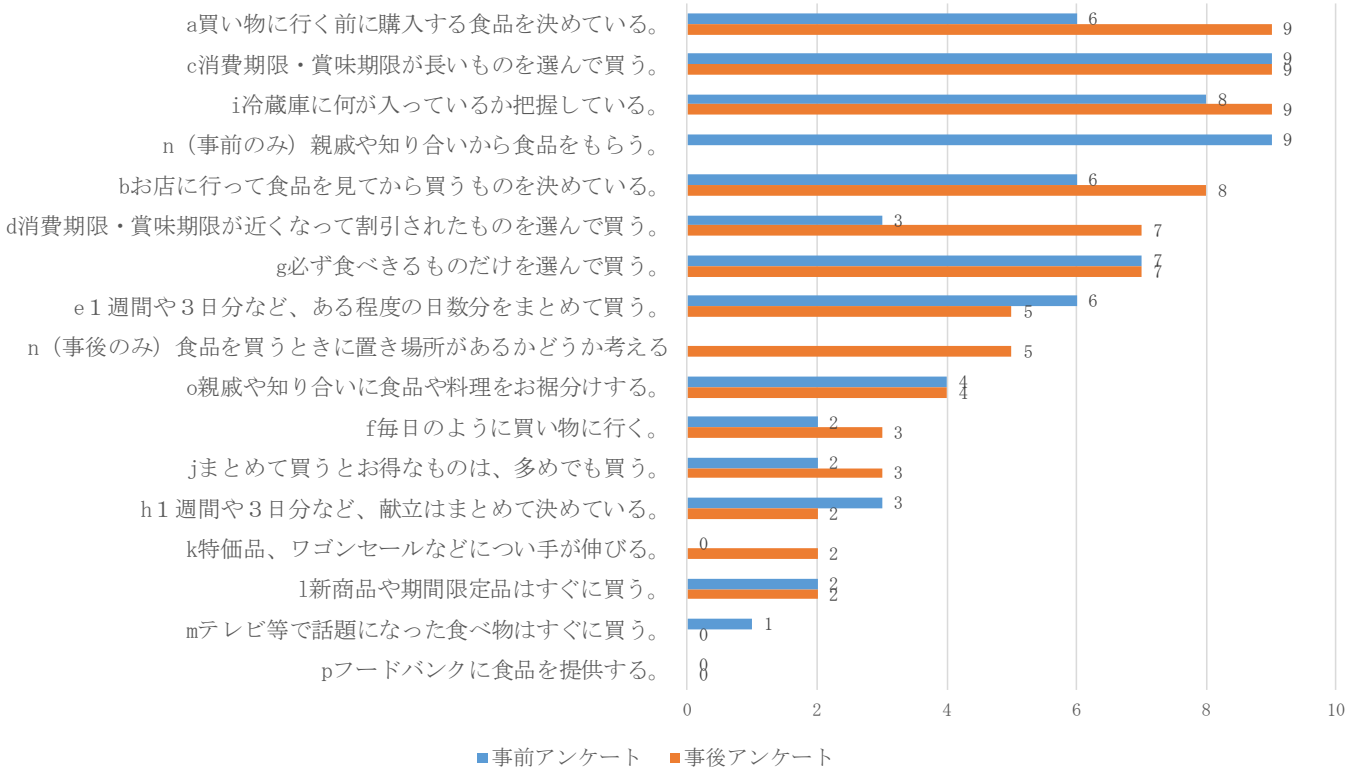
また、後半２週間で廃棄金額が０円となった介入群 11 世帯は、「a. 買い物に行く前に購入する食品を決めている。」「c. 消費期限・賞味期限が長いものを選んで買う。」「i. 冷蔵庫に何が入っているか把握している。」「n.（事前のみ）親戚や知り合いから食品をもらう。」「b. お店に行って食品を見てから買うものを決めている。」「d. 消費期限・賞味期限が近くなって割引されたものを選んで買う。」「g. 必ず食べきるものだけを選んで買う。」について「あてはまる」と「ややあてはまる」を選んだ世帯が多かった（図 77　後半の廃棄金額が０円となった介入群 11 世帯が「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した取組)。

また、「毎日のように買い物に行く」「１週間や３日分など、ある程度の日数分をまとめて買う」に当てはまる世帯の変化率を整理した結果、「１週間や３日分など、ある程度の日数分をまとめて買う」と回答した世帯が多く、そのような世帯は変化率が低下していることがわかった。（表 48　事後アンケートの買い物行動と変化率）



n=10

図 76　介入群の変化率が最も低い 10 世帯が「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した取組



n=11

図 77　後半の廃棄金額が０円となった介入群 11 世帯が「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した取組

表 48　事後アンケートの買い物行動と変化率

「毎日のように買い物に行く」

世帯	変化率
世帯1	−97%
世帯2	−28%
世帯3	−13%
世帯4	−3%
世帯5	154%

「１週間や３日分など、ある程度の日数分をまとめて買う」

世帯	変化率
世帯1	−100%
世帯2	−78%
世帯3	−64%
世帯4	−40%
世帯5	−11%
世帯6	6%
世帯7	72%

⑧今後の課題

ア．記録の課題（用紙）

レシートの添付ＰＲを強く行わなかったため、レシートが足りず、金額が不明なものが数多くあった。調査票に金額の記載がなくレシートの添付もなかったものについては、金額が記載されている同様の食品ロスが他にもある場合は、それらのグラム単価の中央値を計算し、その金額に捨てた量を乗じることにより金額を推定した。金額が記載されている同様の食品ロスが他にない場合は、統計局が発表する「小売物価統計調査（動向編）」に掲載された徳島市における平成 28 年の平均値を利用し、金額の推定を行った。また、調査開始日以前に買ったものについては、全くレシートが残っておらず、工夫する余地がある。

イ．削減マニュアルの課題

「食品お片づけ・お買い物マニュアル」については、事前調査の結果をもとに整理した結果、これまで行われている家庭での食品ロス対策を概ね網羅できていたが、食材の保存に関する具体例の列挙や、盛りつけによる食品ロスの削減技術など盛り込む検討の余地がある。

また、本調査では、アプリを使ったという記録はなかったが、ＩｏＴの進化がめまぐるしい今日、より便利なアプリが登場することが考えられるため、今後も最新の動向を追いながら家庭向けに情報発信をしていく必要がある。

有識者からのアドバイスの中には、料理の技術や家事力の向上なども食品ロス削減に効果があるという指摘があった。これについては今回の削減取組としてまとめられなかったことから、今後、総合的な消費者教育を視野に入れることが課題として挙げられる。また、変化率が特によかった世帯を追跡調査することで、削減行動についての詳細な情報が得られるという有識者の助言もあったが、本調査では当初の予定に入れていなかったため、実施できなかった。さらに、子どもも巻き込んで世帯全体の意識を挙げるという工夫もすべきと有識者から指摘されていたが、今回は具体的に実施できず、課題として残った。

ウ．調査方法の課題

本調査では統計的に有意な結果が得られなかった。モニター家庭の数が十分ではなく、1世帯が一度に出す食品ロス量のばらつきが大きすぎたことが課題であった。一度に大量に廃棄されたものの例には、さつまいも（もらいもの）2,500g、みかん（もらいもの）1,779g、ご飯（家で調理したもの）1,750g などが挙げられる（表 49　【A購入したもの】1回あたりの捨てた量が重かったもの及び表 50　【B金額が不明瞭なもの】1回あたりの捨てた量が重かったもの)。この対策として、本調査では 103 世帯に協力してもらったが、より多くの世帯を対象とすることで、1回や1世帯の極端な食品ロス量が結果に及ぼす影響を小さくすることができる。

また、調査時期が冬であったため、食品ロスの内訳にみかんが多くなるなど季節に影響を受けた結果となった。一般化するためには年間を通した調査が必要である。

表 49　【A購入したもの】１回あたりの捨てた量が重かったもの

捨てたもの	捨てた量	買った時期	捨てた理由
ちびなす(冷凍の漬物) 8袋	1,200g	15日以上前	傷んでいた
ポカリスエット(スポーツドリンク)	1,200g	15日以上前	食べ残した
ペットボトル(お茶)	1,000g	15日以上前	消費期限切れ
牛乳	1,000g	2週間以内	消費期限切れ
りんご	957g	15日以上前	傷んでいた
スポーツドリンク	712g	15日以上前	食べ残した
インスタントラーメン 7食	694g	15日以上前	賞味期限切れ
スポーツドリンク	616g	15日以上前	食べ残した
りんご	582g	15日以上前	傷んでいた
グレープサイダー	551g	15日以上前	おいしくない
バナナ	550g	15日以上前	傷んでいた
スポーツドリンク	500g	15日以上前	食べ残した
菓子(きなこ棒)	495g	15日以上前	賞味期限切れ
スポーツドリンク	482g	15日以上前	食べ残した
アイスコーヒー	467g	15日以上前	食べ残した
牛乳	458g	15日以上前	賞味期限切れ
野菜ジュース	450g	1週間以内	賞味期限切れ
牛乳	443g	2週間以内	消費期限切れ
ペットボトルのお茶	420g	15日以上前	食べ残した
バナナ	402g	2週間以内	傷んでいた
人参	400g	15日以上前	傷んでいた
パックジュース	400g	(記載なし)	賞味期限切れ

※上記の食品について「今日のメモ」欄は空白だったため省略した。

表 50　【Ｂ金額が不明瞭なもの】１回あたりの捨てた量が重かったもの

捨てたもの	捨てた量	食品の区分	調理した日、もらった日、収穫採集した日	捨てた理由
さつまいも	2,500g	もらいもの	15日以上前	傷んでいた
さつまいも	1,903g	もらいもの	15日以上前	傷んでいた
みかん	1,779g	もらいもの	15日以上前	傷んでいた
ご飯	1,750g	家で調理したもの	1週間以内	(無回答)
白菜	1,500g	もらいもの	(無回答)	傷んでいた
もち	1,360g	もらいもの	15日以上前	傷んでいた
塩わかめ	1,270g	もらいもの	15日以上前	傷んでいた
お茶	1,223g	飲料	1週間以内	食べ残した
お茶	1,213g	飲料	1週間以内	食べ残した
お茶	1,173g	飲料	1週間以内	食べ残した
お茶	1,050g	飲料	1週間以内	食べ残した
お茶	1,025g	飲料	1週間以内	食べ残した
かぶ	971g	もらいもの	15日以上前	傷んでいた
玉ねぎ	960g	もらいもの	(無回答)	傷んでいた
りんご	945g	もらいもの	15日以上前	その他
ぞうに汁	902g	家で調理したもの	1週間以内	食べ残した
すだち	845g	収穫採集したもの	15日以上前	傷んでいた
みかん	840g	もらいもの	2週間以内	傷んでいた
こんにゃく	840g	もらいもの	15日以上前	傷んでいた
黒豆	827g	もらいもの	15日以上前	傷んでいた
お茶	823g	飲料	1週間以内	食べ残した
お茶	809g	飲料	1週間以内	食べ残した
すだち	800g	もらいもの	15日以上前	食べ残した

⑨食品ロス量が少なかった世帯の取組事例

調査期間を通して、食品ロス量の少ない世帯にも着眼し、それらの世帯が実施している取組を以下に紹介する。

ある世帯Mは、両親と高校生、中学生の４人家族である。食品ロスは、前半２週間は 100g（飲料１件と弁当付属の調味料１件)、後半２週間は 140g (飲料２件) であった。普段から、冷蔵庫や食品庫の整理をしており、家にある食材を把握しており、食材の買い出しは週末にまとめて行っている。一週間分の献立を決めているわけではなく、お店に行ってから何を買うかを決めており、安い食材があった場合、まとめ買いすることもあるが、長期保存できるような工夫をしている。また、普段使わないような珍しい食材や新製品を試そうとせずに、よく使う食材をローテーションして、家にある食材で日々の料理をしている。家族内でも味の好みが違うため、薄味にしておいて、各自が取り分けてから好きなように味付けをするなどの工夫もあり、食べ残しがほとんど出ない。

ある世帯Nは、両親と中学生の３人家族である。食品ロスは、前半２週間が 544g（食べ残し６件、もらいものの果物等２件、飲料１件)、後半２週間が 175g（飲料２件、食べ残し１件と期限切れ１件）であった。前半、多かった食べ残しについては、後半は意識して残り物をお弁当に入れたり、ご飯を冷凍するなどして、食品ロスの削減に取り組んだ。また、普段から一週間分の献立を考えて買物をしているため、多量で割安なものをまとめ買いする癖があることをセミナーで認識し、家にある食材を把握し、足りないものだけ買い足すように心がけたり、特売の食材を購入した際には冷凍したり、お弁当のおかずを作り置きしてストックするなどの取組を行った。もらいものの食品や、珍しい食品を買って口に合わなかったものなどが廃棄になりやすいと振り返っている。「食品お片付け・お買い物セミナー」で、フードバンクの実施場所と利用方法を知ったので、今後活用したいとしている。

⑩後半の食品ロスが大幅に減っている世帯の取組事例

後半の食品ロスが大幅に減った介入群世帯の取組を以下に紹介する。

ある世帯Ｐは、５歳児がいる４世代の５人家族である。前半２週間の食品ロスは 10 件 1,180g だったが、後半２週間は６件 360g まで減った。前半は傷んでしまった野菜２件と料理の食べ残しが５件、調理したものの傷んでしまったものが２件、食材の期限切れが１件だったが、後半では食べ残しが２件と傷んでしまった野菜が１件、冷蔵庫を掃除した際に出てきた期限切れの調味料等が３件だった。日頃より、野菜や果物をもらうことが多く、その際には下ゆでして冷凍したり、ジャムや常備菜を作るなどして保存方法を工夫している。買ったものを忘れていたり、冷蔵庫の奥に入れて期限切れや傷んでしまったことから食品ロスが発生していたことを認識し、後半は食材の置き場所を決めるなど整理方法を見直し、家にある食材を把握することで、買物を控えたり、期限の近い食材を料理に使うようにするなどの取組を行った。

ある世帯Qは、両親と８歳と５歳の４人家族である。前半２週間は 53 件 4,115g、後半２

週間は 33 件 1,086g であった。前半の食品ロスの内訳は食べ残しが 11 件、傷んでしまった食材が 11 件、もらいものが 12 件、飲料 10 件、期限切れの調味料等６件、その他３件だった。後半の内訳は、食べ残し 14 件、傷んでしまった食材が５件、もらいものが３件、飲料６件、その他５件だった。食べ残しには家族の体調不良なども影響しており、件数は減っていないが、「食品お片付け・お買い物セミナー」後は食品庫や冷蔵庫の整理をすることで、賞味期限の近い食材を利用したり、家にある食材のみで献立を考えるなどの工夫をした。また空腹時を避けて買物に行く、必要なものを把握してから買物に行くことで余計なものを買わずに済んだという記述もあった。もらいものについては、後回しにしてしまっていて食品ロスになることがあるという気づきからか、後半はその点に注意したためもらいものの食品ロス件数が減った。

この他にも、「食品お片付け・お買い物セミナー」に参加した介入群世帯の中には、「飲み物のロスが多かったので大きいコップをやめ、小さいコップを使い必要な分だけ注ぐようにする。」「週末には、なべやスープなどに少しだけ余っているような野菜や食材を使って料理をして、冷蔵庫を常に整理しておく。」などの取組を行った世帯もあった。「食材の置き場所を決めておくと、子どもたちもすすんでお手伝いをしてくれるようになった。」という記載もあり、セミナーに参加することで、食品ロス削減への意識の向上が見られた。

また、「忙しかったり体調が悪かったりすると、家事が十分に出来ずに食品ロスが発生してしまうことから、食品ロス削減には体力と時間の余裕が大切だ」という意見や、「今回の計測を子どもと一緒にすることで、「もったいない」「感謝の気持ち」を伝えることができて良かった。日々伝えて行きたいと思った。」という意見もあり、買物や調理だけでなく「もったいないの意識付け」や「家族の協力」「食育」なども必要だと認識されていた。

また、「以前から実践していたことなので、目新しさがなかった。かなり昔から言われていることを教えてもらったが、今もそのままなのは裏をかえせば実践が難しいことなのだなあと改めて思った。」という意見もあり、今後も継続して食品ロス削減の必要性を知ってもらうための働きかけが重要である。

⑪普及啓発について

本業務では、介入群に対して「食品お片づけ・お買い物マニュアル」の配布や「食品お片づけ・お買い物セミナー」の開催、削減取組の実施の依頼などを行ったことにより非介入群よりも変化率が低くなったと考えられる。こうした普及啓発方法は、今後も削減のためのＰＲとして効果があるといえる。有識者のアドバイスにもあるように、これらの技術を押しつけるのではなく、消費者が自ら学び、自ら自分にあった技術を習得することが最も重要であり、普及啓発時にも注意したい点である。

今後の啓発活動のポイントとして、「賞味期限及び消費期限についての知識」、「もらいもの」、「もったいない」意識の３点が挙げられる。

消費期限と賞味期限に関しては、アンケートやメモ等の自由記述の中でも消費期限と賞

味期限を間違って使用しているケースが多々見られた。どのような食品に対して、どのような理由で期限が決められているかを正しく理解してもらうことで、期限が過ぎる前に食品をうまく使用するようになることが、食品ロスの削減につながると考えられる。

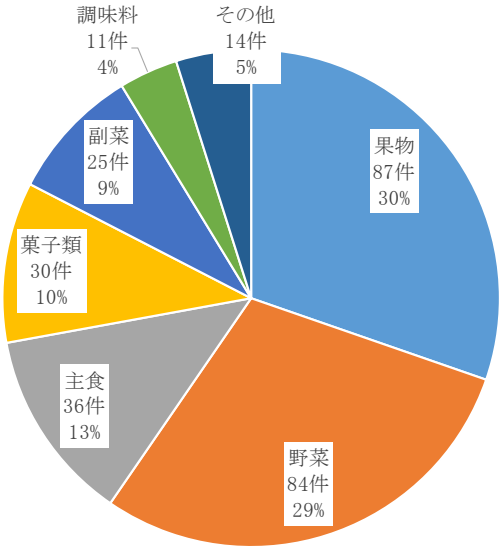
また、本調査では、「飲料」を除くと、「もらいもの」や「食べ残し」が食品ロスの７割を占めていたことから、「もらいもの」や「食べ残し」について重点的に啓発することが必要であると考えられる。もらいもので捨てたものとして、野菜、果物が多かった（図 78　もらいものの件数別内訳及び図 79　もらいものの重量別内訳）。食品をもらった際には、それがのちに食品ロスにつながりやすいものであると意識し、早めに食べたり、食べきれないものや好みに合わないものは早めに他の人にお裾分けするなどの工夫が考えられる。たとえ日持ちのする菓子類や調味料であっても、消費することを後回しにすると、気がつかないうちに食べ頃を過ぎてしまいがちである。反対に、自分が人に食べ物を贈る際には、それが相手の嗜好に合っているかどうか、傷みやすい食品であれば早めに召し上がってくださいと一声かけるなど、もらう人の立場になって贈り物を選ぶことも食品ロスの削減の一助となるであろう。食べ残しが多い家庭では、どのような状況で発生しやすいのか、生活リズムを見直すことで、同じパターンでの食品廃棄を予防しやすくなる。家族全員で同時に食事できない場合は、後からでも食べやすい献立を立てたり、多めではなく適量を取り分けておくことが方法として挙げられる。

参加者からは「忙しかったり体調が悪かったりすると、家事が十分に出来ずに食品ロスが発生してしまうことから、食品ロス削減には体力と時間の余裕が大切だ」という意見や、「今回の計量を子どもと一緒にすることで、「もったいない」「感謝の気持ち」を伝えることができて良かった。日々伝えて行きたいと思った。」という意見も出たことから、買い物や調理だけでなく「もったいないの意識付け」「家族の協力」「食育」なども重要であると考えられる。前項の課題でも述べたように、子どもを巻き込み世帯全体の意識を高める方法などは有効であると考えられる。例えば、学習指導要領では、小学４年生に対してごみについて学習する項目が設けられ、全国的に、毎年、学習の機会がある。同じように、食品ロスの削減に関しても、全国の小学生が継続的に学び、家庭に影響を与え続けることができれば、日本人の「もったいない」の意識に、長く大きな影響を与えることが出来る。

モニター家庭の属性別（構成人数、年齢）の結果については、図 23～図 26 の通り、３人世帯、４人世帯、５人世帯、６～８人世帯の全ての世帯において、未就学児がいる場合の食品ロス量が多い結果になっており、盛りつけや配膳方法などの工夫を啓発する余地がある。

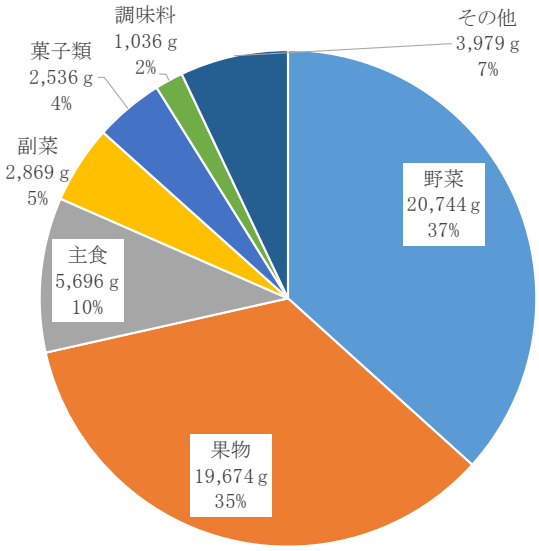
家庭によってライフサイクルは異なるため、食品ロスの質や量、発生原因も異なるであろう。本業務で計測に取り組んだモニター世帯は、各々の食品ロスの発生原因に対し、実施可能な対策を複合的に組み合わせて取り組んだと考えられる。介入群だけでなく非介入群の食品ロスも減ったのは、計量するという行為によって、食品ロスにつながりやすい行動を自覚し、減らす工夫が自然と取り入れられたためだと考えられる。各自が「もったいない」の

意識を持ち、普段の生活のどんな場面でどのような理由で食品ロスを出すかという「自分（家族）の癖」を知り、無理なく自分のできることからやってみることが、食品ロスを減らす最善の方法である。



（合計 286 件）

図 78　もらいものの件数別内訳



（総重量：56, 516g）

図 79　もらいものの重量別内訳

５．業務打合せ

徳島オフィスでの打合せ項目は、表 51　業務打合せ内容のとおりである。

表 51　業務打合せ内容

回数	日時・場所・出席者（敬承略）	打合せ内容
第 1 回目	【日時】 2017 年 11 月 16 日 10:30～11:30 【場所】 徳島県庁 10 階　共用会議室 【出席者】 消費者庁：塩月良二、中島伸夫、松井美穂、有野真澄 徳島県：河崎敏之、村田浩二、新居智、林博昭 木野環境：丸谷一耕、上田祐未	・業務計画について ・有識者ヒアリングについて ・説明会の会場について ・説明会での配布物の作成について ・説明会でのはかりについて ・説明会での講師について ・説明会の案内について ・説明会に参加しなかった方への連絡について ・計測方法について ・削減マニュアルについて ・問い合わせ先について ・モニター家庭の初回の案内について
第 2 回目	【日時】 2017 年 11 月 30 日 13:30～15:30 【場所】 徳島県庁 10 階　共用会議室 【出席者】 消費者庁：塩月良二、中島伸夫、松井美穂、有野真澄、坂本有芳 徳島県：河崎敏之、村田浩二、武市元治、三木晃 木野環境：丸谷一耕、菱田哲	・モニター家庭確保の状況 ・モニター家庭への案内について ・モニター家庭を 2 群に分けるための方法 ・事例調査について ・「食品・お買い物ダイアリー」について ・計測・記録の問い合わせについて ・計測・記録説明会について ・交通費について ・計量単位について ・削減取組の説明会について ・削減マニュアルについて ・有識者ヒアリングについて

５．業務打合せ

第 3 回目	【日時】 2017 年 12 月 20 日 13:30～15:30 【場所】 徳島県庁 10 階　共用会議室 【出席者】 消費者庁：塩月良二、中島伸夫、松井美穂、有野真澄、稲倉典子 徳島県：村田浩二、武市元治、林博昭 木野環境：丸谷一耕、菱田哲、上田祐未	・モニター家庭に対する指導について ・計量・記録の事例調査について ・食品・お買い物ダイアリーについて ・交通費について ・計測・記録説明会について ・削減取組説明会について ・削減マニュアルについて ・有識者ヒアリングについて
第 4 回目	【日時】 2018 年 1 月 12 日 15:00～17:00 【場所】 徳島県庁 10 階　共用会議室 【出席者】 消費者庁：塩月良二、中島伸夫、松井美穂、有野真澄、坂本有芳、稲倉典子、坂井亨 徳島県：村田浩二、武市元治、吉本美紀 木野環境：丸谷一耕、菱田哲、上田祐未	・食品お片付け・お買い物マニュアルについて ・食品お片付け・お買い物セミナーについて ・有識者ヒアリングについて ・削減取組の効果の把握・分析について
第 5 回目	【日時】 2018 年 3 月 9 日 13:30～15:30 【場所】 徳島県庁 10 階　共用会議室 【出席者】 消費者庁：塩月良二、中島伸夫、松井美穂、有野真澄、坂本有芳、稲倉典子 徳島県：村田浩二、武市元治 木野環境：丸谷一耕、菱田哲	・集計結果について ・報告書について ・分析について ・納品について