

**「食品ロス」について知り、「食品ロス」を減らす方法をもっと
知りたいと思っている太郎君
今回は、買い物のときに「食品ロス」を減らす方法について
マッタマンと一緒に学んでいます
みなさんも一緒に「食品ロス」の減らし方を学びませんか？**

マッタマン：太郎君、買い物をするときに「食品ロス」を減らす
ために心がけてることってあるかな？

太郎君：お母さんと一緒によく買い物に行くけど、お母さん
は買い物に行く前にいつも、冷蔵庫の中身を確認し
ているけど、これって「食品ロス」を減らすための
のかな？

マッタマン：ずばり、そのとおりだよ！買い物に行く前に、冷蔵
庫の中に残っている食品を確認することは、無駄な
買い物をしないことになるから、「食品ロス」を減
らすことになるんだ！

買い物に行く前に
冷蔵庫の中身を
きちんとチェックしよう



太郎君：そっか！確かに、冷蔵庫の中身を確認せずに買い物
に行っちゃうと、まだ残ってる食品をもう一度買っ
ちゃうかもしれないもんね！そうすると、その食品
を腐らせて捨ててしまう可能性があるもんね！お
母さんはちゃんと考えてたんだ！

マッタマン：そのとおり！ちなみに、太郎君！お肉を買いに行ったとして、少量パックとたくさん入ってるパック、どっちを買うかな？？

太郎君：うーん・・・僕はお肉が大好きだから、たくさん入ってるパックを買っちゃうかな・・・
でも待てよ・・・！それを本当に使うのかな！？料理しきれなくて、保存したまま腐らせちゃったら・・・それは「食品ロス」になっちゃうんだ！使いきれんならたくさん入ってるパックを買えば良いけど、使いきれないなら少量パックを買うべきなんだ！

マッタマン：素晴らしい！太郎君は、「食品ロス」についてだいぶ考えられるようになってきたね！使い切れなかったときは、少量パックやバラ売りの食品を買うことも大切なんだよ！

太郎君：マッタマンのおかげで、「食品ロス」についてだいぶ詳しくなれたからね！例えば、使う予定もないのに珍しい食材を勢いで買うのもダメだよな！？

マッタマン：買ったからには、その食材をきちんと使い切って食べられないといけない！買い物の際には、それができるかをきちんと考えないといけないんだ！

太郎君：「食品ロス」を減らしていくためには、一人一人が「もったいない」の意識を持つことが大切なんだね！



マッタマン：太郎君！僕が言わなくても「もったいない」の意識を持つ大切さを分かってくれたんだね！感極マッタよ！

太郎君：マッタマンに色々教えてもらって、僕の「食品ロス」を減らしていくための取り組みが始マッタよ！これからも「食品ロス」を減らす方法について、色々教えてね！マッタマン！

「もったいない」の意識を持ち続けよう



[「食品ロスの減らし方（料理・食事編）」](#)でも太郎君とマッタマンが

「食品ロス」の減らし方について学んでいるよ

また、「食品ロス」の基本的なことについては、

[「食品ロスってなんだろう？」](#)を見てね！