

在鸣门 第152期

食品ロスの削減を始めよう！

减少食品浪费，行动起来！



1月26日、鳴門市うずしお会館で開催された、市民活動、交通・防犯、消費生活に関する三つのイベントに参加しました。イベントでは、各種体験コーナーやバザーが設けられ、徳島県出身の落語家笑福亭学光先生による「笑いロスと食品ロス」を題した記念講演も行われました。日常生活にある食品ロスのことを先生がユーモアな言葉で表現され、会場は笑い拍手に溢れていました。私も笑いながら、健康でエコな生活への理解を更に深めることが出来ました。食品ロスの削減を始めようと思いました。

1月26日，我参加了在漩涡会馆举行的市民交流会。交流会围绕市民活动、交通安全及消费生活三大主题，设置了系列展示区、体验区及义卖市场。活动特别邀请了德岛县本地落语家-笑福亭学光先生作了题为“笑口常开、减少食品浪费”的纪念演讲。笑福亭学光先生用诙谐幽默的表演描述了我们日常生活中存在的食品浪费现象。现场掌声不断，欢笑连连。欢笑之余，我开始重新审视自己的消费习惯，对健康环保生活有了更深的理解，决定学以致用，在今后的生活中努力避免食品浪费。

イベントで、食品ロスを削減するため、下記三つのポイントを勉強しました。

1、食品の「賞味期限」とは、「おいしく食べることのできる期限」のことです。賞味期限を過ぎても食べられないことはなく、すぐに廃棄せず、自分で適切に判断することも大切です。

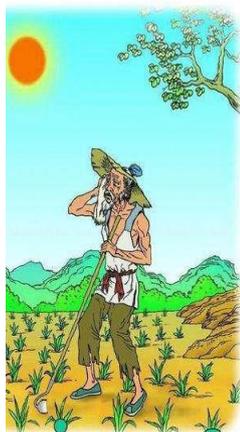
2、買い物に出かける前には、冷蔵庫の中をチェックして必要に応じて食材を買います。

3、調理で作りすぎない。料理が余ったら、調理方法等を工夫してほかの料理に作り替えることも大切です。

イベントに参加以来、買い物に行く前に、冷蔵庫をチェックするようになりました。上述の3点を常に心がけて実行しようと思っています。皆さん、下図の中国の漢詩のように食材を作る方の苦勞を忘れず、食品ロスに努めましょう！

鋤禾 唐・李紳

稲に鋤を入れていると、真昼の太陽が照り付け、吹き出る汗が稲の下の地面に滴り落ちる。誰が知っていよう。この盤の中の飯の一粒一粒が農民の辛苦なることを。



为减少食品浪费，本次活动提到的以下要点值得我们参考学习。

1、食品包装上的“尝味期限”并非食品安全期限，而是保持食品鲜度和口味的期限。因此即使稍有过期，也并非不可食用。我们应作出适当判断，避免一律废弃。

2、购物时按需采购。出门前，事先确认冰箱的在库，避免过量采购。

3、避免过量烹饪菜肴。若出现过剩菜肴，可通过调整烹饪技巧的方式进行二次料理，实现菜肴大变身。

自活动之后，我外出采购前会有意识地确认冰箱的食材情况，避免购买重复过量的食材。今后我也将继续注意上述三点，养成良好消费习惯。最后，借用下记耳熟能详的唐诗与朋友们共勉，不忘食材生产者的辛勞，努力避免食品浪费。让我们一起行动起来吧！

鋤禾

鋤禾日当午，
汗滴禾下土。
谁知盘中餐，
粒粒皆辛苦。



部门：鸣门市观光振兴课

地址：鳴門市撫養町南浜字東浜 170

(〒772-8501)

TEL：088-684-1746/FAX：088-684-1339

E-mail：kokusai@city.naruto.i-tokushima.jp

编辑：翟羽佳