食品ロスダイアリー

○月○日

東大阪市マスコットキャラクター トライくん

1か月チャレンジ！

記録スタート！

食品ロスが　なし →○
　　少しあり →△
　　あり →×

(　　)月

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

毎月10日は
冷蔵庫スッキリ
10(ト)ライ！運動

あと少し！

ゴール！

食品ロスが少しあり(△)、あり(×)の日は下に記録していきましょう

▶捨ててしまったもの（残したものと、日付(もしくは記号○)を記録しよう）

○													
○													
(例)ごはん													

▶捨てた理由は？（当てはまる理由欄に日付を書こう）

食べ残し										
傷んでしまった										
期限切れ										
おいしくなかった										

どの理由が多いかな？

▶捨てたものの種類は？（当てはまる種類欄に日付を書こう）

家で調理したもの										
購入したもの										
もらいもの										
収穫・採取したもの										

たくさん買っちゃった！

1か月でどれくらいの食品ロスが出ましたか？
何を、どういった理由で捨てることが多かったですか？

食品ロス削減の取り組みはこちらより→