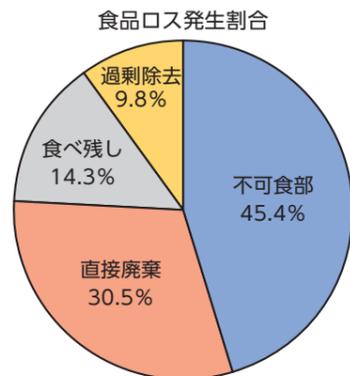


食品ロス削減にご協力ください

☎環境課（衛生センター庁舎）☎73-6644

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられた食品のことです。市では食品ロス削減に向けた取り組みとして、家庭ごみの内容物調査を行いました。

●調査結果



そのまま捨てられた食品(一部)

※直接廃棄…未開封・未調理で捨てられた食品 ※過剰除去…厚くむきすぎた野菜の皮など

食べ物を無駄なく消費することは、環境だけではなく家計にもプラスとなります。「もったいない」を意識して、家庭でできることから始めましょう。

①買いすぎない

買い物の前に食品の在庫を確認し、必要なものだけを買きましょう。また、商品棚の手前から選ぶ、「てまえどり」を心掛けましょう。

②作りすぎない

料理は食べられる量だけ作り、残ったものは冷凍保存やアレンジして食べきるようにしましょう。

③「消費期限(食べても安全な期限)」と「賞味期限(おいしく食べられる期限)」の違いを理解しましょう

④「30・10(さんまる・いちまる)運動」

市では、各種宴会などにおいて「30・10運動」を推進しています。これは、たくさんの料理を無駄なくおいしく食べるために、ひと工夫する啓発運動です。

- ・宴会初めの「30分」…乾杯後30分はでき立ての料理を楽しむ
- ・宴会半ば…おしゃべり&お酌で、親睦を深める
- ・宴会終わりの「10分前」…お開き10分前はまだもう一度料理を楽しむ

市政出前講座をお届けします

☎総務秘書課（西有家庁舎）☎73-6621

市民の皆さんが「知りたい・聞きたい・学びたい」市役所の仕事や制度のことなど、市の職員が出向いてお話しします。詳しいメニューは各支所備え付けのチラシまたは市ホームページでご覧いただけます。

☎市内在住または在勤する約10人以上のグループ

●出前時間…平日の午前9時から午後9時までの間（1講座2時間以内）

料無料 ※会場の確保や使用料などは申込者負担

☎総務秘書課および各支所備え付けまたは市ホームページ掲載の受講申込書により、開催しようとする日の20日前までに申し込んでください。



市HP

こんにちは! 消費生活センターです

5月は消費者月間です

☎南島原市消費生活センター(西有家庁舎:市民課内) ☎82-3010



令和6年度
消費者月間統一テーマ

デジタル時代に求められる 消費者力とは



急速なデジタル化のなかで、消費生活センターには「SNS広告をきっかけに高額な副業サポートを契約し、支払いはサラ金から借り入れるよう誘導され、ネットで借りて振り込んだ。説明通りには儲からず、サラ金への返済が止まらない」や「スマートフォンを子どもに使わせていたら、無断でゲームに課金し、高額な請求を受けている」など、デジタルサービスに関連した相談が寄せられています。

この急速に変化する時代の中で、豊かな消費生活を送るためには「消費者力」を身につける必要があります。消費者力とは、デジタルサービスの仕組みやリスクへの理解を深める力、ネット上の情報が本当かどうか背景まで考えて判断する力、適切に情報を収集・発信する力のことです。また従来の「気づく・断る・相談する」という基礎的な力も求められています。

一般的な消費者が理解できるよう、事業者が配慮する姿勢はトラブルを回避するために必要ですが、一方で消費者も、言われるがままではなく、自ら考えて学ぶことがトラブルの防止につながります。

消費生活センターでは出前講座など啓発活動も行っていますので、ぜひご利用ください。

少人数(10人程度)でも受け付けていますので、お気軽にご連絡ください。



出前講座(北有馬町)の様子