

# 残さず食べよう！

さんまる ・ いちまる

# 30・10運動

筑豊地区地域環境協議会では、食べ残しが多くなりがちな、飲食店等での食事会・宴会時の食品ロスを減らすことを目的に「30・10運動」を呼びかけています！

## 「30・10運動」とは…

- ①まずは**食べられる量**を注文！
- ②最初の**30分間**は席について、できたてのお料理を楽しむ♪
- ③最後の**10分間**は席に戻って、残さずお料理を食べきる♪

まだ食べられるにもかかわらず捨てられてしまう食品を「食品ロス」といいます。  
日本の食品ロスは、年間約461万トンで（※環境省「令和6年度推計」）  
これは国民一人当たり「お茶碗1杯のご飯」を毎日捨てているのと同じ量です。  
食事会では注文しすぎやおしゃべりに夢中になって、食べ残しが発生しやすくなります。  
幹事の皆さま、食事会に参加される皆さま！  
「30・10運動」を実践し、環境にやさしい食事会にしましょう！



食事会・宴会のときは  
**みんなで残さず**  
食べよう！

### 幹事の皆様へ

#### お店の予約

お店の人に参加者の年齢や男女比等を伝えて、食べられる量の料理を出してもらうようお願いします。

#### 食事会では呼びかけを

##### 開始時

「今日は“みんなで食べきり”を目標に、“3010運動”に取り組みたいと思います。**30分間**はお席に着き、ごゆっくりお召し上がりください。」

#### お開きの前に再度呼びかけを

##### 終了10分前

「終了**10分前**となりました。テーブルの上にお料理が残っています。今一度席にお戻りいただき、お料理をお楽しみください。」

### 筑豊地区地域環境協議会

直方市、飯塚市、田川市、宮若市、嘉麻市、小竹町、鞍手町、桂川町、香春町、添田町、糸田町、川崎町、大任町、赤村、福智町、福岡県地球温暖化防止活動推進員、飯塚農林事務所、直方県土整備事務所、田川県土整備事務所、飯塚県土整備事務所、北九州教育事務所、筑豊教育事務所、英彦山青年の家、嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所

もったいないを大切に！