

エコギャラリー新宿

新宿区立環境学習情報センター
新宿区立区民ギャラリー



開館時間：10:00～21:00

(区民ギャラリーは10:00～18:00)

休館日：毎月第4月曜日および12月29日～1月3日

※第4月曜日が祝日の場合は翌平日が休館日となります。

〒160-0023 新宿区西新宿2-11-4 新宿中央公園内

TEL:03-3348-6277 FAX:03-3344-4434

E-mail:info@shinjuku-ecocenter.jp

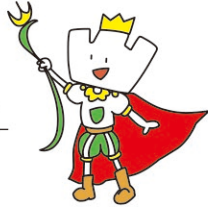
URL:https://www.shinjuku-ecocenter.jp/



エコギャラリー新宿 検索

エコ王子

エコギャラリー新宿
イメージキャラクター



アクセス

徒歩：新宿駅西口より約15分（マップ参照）

バス：●CH01 都庁循環線

新宿駅西口循環

「都庁第一本庁舎」下車 徒歩5分

●京王バス 宿32「佼成会聖堂前」行/宿33「永福町」行

新宿駅西口ターミナル[17番のりば]

「十二社池の下」下車 徒歩1分

地下鉄：●大江戸線「都庁前」駅 A5出口 徒歩5分

●丸ノ内線「西新宿」駅 2番出口 徒歩10分

※当施設は駐車場を設けておりません。

ご来場の際は徒歩または公共交通機関にてお越し下さい。



「エコトス」とは

この雑誌には、よく耳にする環境にまつわるワードを一から解説し、誰かに話したくなる、トライしたくなるような情報を掲載しています。

エコトスの「トス」とは、スポーツで近くにいる味方へ、ボールを軽く投げ渡すことです。この雑誌を読んだあなたが、近くにいる誰かへエコな情報を投げ渡し、エコな世界がどんどん広がっていくことを願い、「エコトス」と名付けました。

食品ロス削減 チェックリスト

食品ロス削減に向けて、私たちが日常のなかで出来ることはたくさんあります。以下のリストをチェックして、食との向き合い方を見直してみよう！

- 買い物前に冷蔵庫内の食材をチェックしている。
- 賞味期限/消費期限を意識して買い物をしている。
- 食べきれぬ量で料理を作っている。
- 食材ごとに適切な保存をしている。
- フードドライブに食品を寄付したことがある。
- 「食品ロス削減協力店」を利用している。
- 外食時に食べきれぬ量を注文している。
- 宴会時に「3010運動」を実践している。
- 外食時に残った料理を、お店と相談して持ち帰ったことがある。
- フードシェアリングを活用している。

2025年3月発行
発行・編集/エコギャラリー新宿

エコトス

EcoToss

特集 減らそう！食品ロス



Vol.3
2025
TAKE FREE

減らそう！食品ロス

本来、食べられるのに、さまざまな理由から捨てられてしまう食べ物のことを「食品ロス」といいます。日本における食品ロスは、年間472万t*発生しており、この値は国連世界食糧計画(WFP)による令和4(2022)年度の食料支援量(約480万t)とほぼ同じです。

大量の食品ロスは“もったいない”だけでなく、廃棄には多くのコストがかかります。また、食料の生産や加工、流通においては多くのCO₂を排出していることから、食品ロスの削減は環境負荷の低減のためにも重要です。

※農林水産省及び環境省「令和4年度推計」

食品ロスはどこから発生するの？

家庭や飲食店で発生する食品ロスのほかに、生産者からわたしたち消費者に食品が届くまでの過程でも生じています。

生産の場で



農業や漁業といった場で、とれすぎや形が悪い(規格外)などの理由による廃棄。

製造の場で



工場での作りすぎ、パッケージの印字ミスや破損、販売店からの返品による廃棄。

卸・配送の場で



工場から卸売業者、小売店、飲食店への配送の際に起こるパッケージの破損などによる廃棄。

販売・飲食の場で



小売店での売れ残りなどによる返品・廃棄。飲食店での客の食べ残しなどによる廃棄。

消費の場で



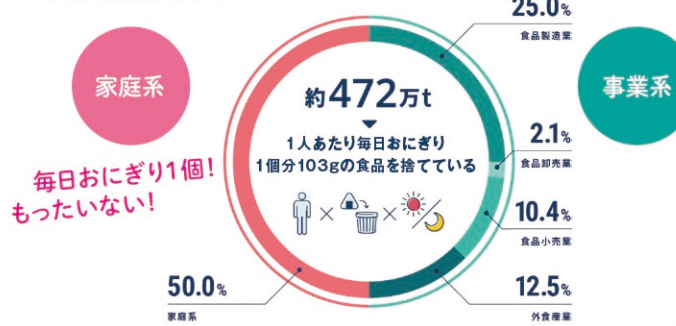
各世帯での食品の買いすぎや使い忘れ、料理の作りすぎや食べ残しなどによる廃棄。

「食品ロスを減らすこと=CO₂排出量を減らすこと」 ゼロカーボンシティ新宿の実現にもつながる！

ロスになった約472万tの食品が生産-流通の過程で排出したCO₂の総量は約1,046万t-CO₂。なんと全国の家庭で使われるキッチンコンロから排出されるCO₂よりも多いのです。そして廃棄処分のためにごみ収集車や焼却場から、さらなるCO₂が排出されます。これらは、食品ロスがなければ排出されずに済んだものです。

参考文献：環境省「Ecojin」2024.10.30「もったいないだけじゃない、食品ロスと環境問題 消費者庁「食品ロス削減ガイドブック」東京都「食品ロス0アクション」

国内の食品ロス量



食品ロス分の生産～流通までにかかるCO₂



*1 令和4年度「食品ロスによる経済損失及び温室効果ガス排出量の推計結果」(消費者庁)より
*2 杉1本分のCO₂吸収量8.8キログラムとして換算(林野庁HPを参照)

お金もかかる!

日本の食品ロス472万tをもとに推計したところ、食品ロスによる経済的損失の合計は4兆円! この推計値を、国民1人あたりの経済的損失に換算すると、1日88円、1年間だと32,125円になります。

食品ロス削減に向けて、私たちにできること

日本の家庭系・事業系食品ロス量のいずれも、平成12(2000)年度と比べて令和12(2030)年度に半減することを目標として、国や自治体は様々な取組を進めています。目標達成のためには、ひとりひとりが自分事として、身近にできることから取り組んでいくことが大切です。

●消費者にできること

買い物で	家で	外食で
消費期限と賞味期限の違い※1を理解する	冷蔵庫を整理して食品を使い切る	お店では食べられる分だけ注文する
すぐに使う食品は「てまえどり」する	食品を上手に保存する	食卓では「3010運動」※2をする
フードシェアリングサービスを活用する	作りすぎない工夫をする	お店の人に、持ち帰りができるか聞いてみる

※1 消費期限は、日付を過ぎたら食べない方がよい期限。賞味期限は、おいしく食べられる目安
※2 乾杯後の30分間は席を立たずに料理を楽しみ、お開きの10分前に再度料理を楽しむ呼びかけ

●事業者ができること

- ・規格外や流通できなかつた食材を有効活用する
- ・自己責任で持ち帰りを希望するお客さんへの対応



食べ残しの持ち帰り
対応マーク「モッテコ」
環境省

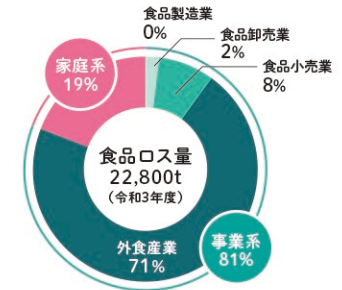


新宿区の食品ロス削減の取り組み

●新宿区の食品ロスの現況

令和3(2021)年度の新宿区の燃やすごみ量は64,498tでした。そのうち、家庭系食品ロス量は、約4,390t*1で、区民1人1日あたり35g*2ロールパンおよそ1個分を廃棄している計算になります。事業系食品ロス量は18,410t。区の特徴として、食品ロス全体に占める事業系食品ロスの割合が高く、その中でも、外食産業の割合が高くなっています。ひとりひとりが、飲食店で食べ残しをしないことが、とても重要です。

*1 燃やすごみ排出量×燃やすごみ中の食品ロス割合(6.8%)=家庭系食品ロス発生量で計算
*2 燃やすごみ中の食品ロス割合は、令和3年度資源・ごみ排出実態調査の調査結果を使用



新宿区の食品ロスの実態
出典：新宿区一般廃棄物処理基本計画(改定)

●食品ロス削減協力店登録制度



食品ロス削減協力店ステッカー

食品ロスを削減する取組に賛同し、協力を得られる事業者を「食品ロス削減協力店」として登録し、その取組を広く周知しています。

●フードドライブ



区内10か所の窓口情報

各家庭で使い切れない手つかずの食品(未利用食品)を受け入れ、地域の福祉団体やフードバンクなどを通じて必要とする人々に提供する活動です。

●フードシェアリング



フードシェアリングアプリ「TABETE」

飲食店等で無駄になりそうな商品を消費者に上手く届けることで食品ロスの発生を減らす仕組みです。

●新宿環境アクションポイント

環境に配慮した行動を促るために、新宿エコ自慢ポイントが生まれ変わりました。エコギャラリー新宿の環境講座の受講や、食品ロス削減協力店の利用、電気・ガス使用量の削減、フードドライブへの協力などをした場合に、ポイントに換算して貯めることができます。そのポイントに応じて景品と交換できるほか、ポイントの年間上位者には特別賞を差し上げています。下記の食品ロスダイアリーの記録もポイント対象です。

●食品ロスダイアリー

「手つかずの食品」や「食べ残し」など、家庭での食品廃棄の状況を日記形式で記録していくものです。記録することで、食品ロス廃棄量やロスにつながりやすい行動を自覚することができます。

新宿区では、家庭の中で食品ロスがなぜ、どのくらい発生しているのか実態を把握し、今後の食品ロス削減に関する取組に活用するため、令和5年と6年に区民モニターを募集し、調査を実施しました。1か月の入力(記録)で、「手つかずの食品」および「食べ残し」の廃棄は、いずれも徐々に減る傾向にあり、「廃棄の見える化」が、食品ロス削減行動につながる事が分かりました。令和6(2024)年度は、6月17日から8月30日まで新宿区在住者100名を募集し、10月1日から10月31日のデータを入力いただきました。詳細は二次元コードをご確認ください。



令和6年度の集計レポート



アプリリンク

地域のみなさまとともに、社会へ貢献活動を。

イオンフードスタイル 西新宿店



AEON FOOD STYLE



令和5(2023)年4月にオープンした「イオンフードスタイル西新宿店」

わたしたちの暮らしに欠かせないスーパーマーケット。
オフィスワーカーや子育て世代、シニア層といったさまざまな
方達が生活する都心の店舗には、まちの活性化に向けた
思いとともに、食品ロス対策への工夫がたくさんありました。



ご案内いただいた方は
(左)株式会社ダイエー
イオンフードスタイル 西新宿店
店長 前田 貴広さん
(右)管理本部 総務・お客さまサービス部
松岡 智子さん

「おいしく食べて‘ココロとカラダ’健康に」を意識した店舗づくり

健康といえば“鮮度・品質”と考えたとき、「まずは野菜から」ということで、西新宿店・四谷荒木町店の2店舗は専属のバイヤーが地元の淀橋市場にその日に並んだ野菜を自らの目で選んで仕入れていきます。
また西新宿店に来店されるお客さまは「オーガニック」「サステナブル」「フェアトレード」の商品への関心が高いと感じています。商品を購入することで、自らの心と体を健康に保つとともに、社会に貢献することへの意識が高いお客さまが多いのかもしれませんが、西新宿店ではそんなお客さまの要望に応えられるように、商品の品ぞろえに力を入れています。

地域と「つながる」淀橋市場

関東大震災以降に人口が急増した東京市周辺の成果物供給拠点として、既設の民設13市場を統合し、昭和14(1939)年に開設された青果市場です。JR大久保駅から徒歩6分の住宅地の中にあります。1日平均700~1,000トンの野菜・果物が取引され、都内中央卸売場では大田市場、築地市場に次ぐ取扱量です。また、毎月第三金曜日を「イチバの日」とし、淀橋市場のブローが選んだ旬の野菜と果物を、地域の八百屋さんやスーパーを通じて消費者のみなさんにお届けしています。



- 一般社団法人新宿観光振興協会HP https://www.kanko-shinjuku.jp/spot/kw-%E5%A4%A7%E4%B9%85%E4%BF%9D/article_679.html
- (一社)新宿淀橋市場協会 普及活性化委員会HP <https://ichibanohi.tokyo>

地域に愛されるスーパーとして

以前は、ナショナルチェーンとして、どの店舗に行っても同じレイアウトで構成されていることが安心感の一つだったかもしれません。しかし、今はその地域に密着していることが、お客さまにとって“1番の安心感”につながると思います。当店は左右に入口を設置し、正面から見て右側が普通の生活に適した商品ゾーン、左側はオフィスワーカーが利用しやすい商品ゾーンになっており、それぞれの用途に合わせて買い物しやすくなっています。周辺にお住まいの方、オフィスに通勤している方、子育て世代など、多様な方々が利用する店舗として、西新宿店はこれからもお客さまと共に歩んでいきます。



お子さんが楽しそうにペットボトルを入れている姿をよく見かけます。
買い物ついでに、社会貢献活動に参加できる仕組みを提供するのも我々の仕事だと思っています。

地産地消！ 内藤とうがらしプロジェクト

内藤とうがらしは、江戸時代、宿場町があった内藤新宿で育てられ、江戸で瞬間に人気になったとうがらしです。新宿の繁栄のさなかに一度栽培が無くなりましたが、2010年「内藤とうがらしプロジェクト」が発足し現代に復活しました。
そんな、新宿区との繋がりがとても強い内藤とうがらしは、区内の学校で育てられ、そのとうがらしがイベントで使用されるなど、社会学習のプログラムとしても活用されています。
もともと住んでいた人たちが、ここに移り住んできた人たちが、同じ場所で育ち大人になり、内藤とうがらしの成育を通した思い出を共有できるというストーリーに強く共感し、店舗で大々的に展開しています。



●内藤とうがらしプロジェクト
<https://naito-togarashi.tokyo/>

食品ロス削減に向けて *Stop food loss and waste*

フードドライブとは

家庭で使い切れない未利用食品を回収し、必要としている人々に提供する活動です。各家庭にて食品の在庫と期限を確認する習慣を促し、消費しきれない食品は早めにフードドライブに提供することで、食品ロスの削減を目指しています。



「食品ロス削減」にも取り組んでいます！

●フードドライブ

イオンフードスタイル西新宿店は新宿区と「食品ロス削減の推進等に関する連携協定」を結び、「フードドライブ」を行っています。西新宿店で回収される食品の量は、毎月約30kg。この数字は他店舗と比べ圧倒的に多い数量となっており、社会課題への関心が高いお客さまが多いことが伝わります。
スーパーは生活の中で身近で接しやすい、気軽に行ける場所です。そんな場所でフードドライブを実施することで、より社会貢献活動に参画しやすい場を提供できると考えています。

●真空スキnpack

賞味期限をのばすことも、食品ロスをなくすためのひとつの方法です。
「真空スキnpack包装」は、食材を熱で温めたフィルムで隙間なく密着させて真空状態にする包装技術で、特に精肉を包装する上で多く用いられています。賞味期限が大幅に延びることから、食材を使い切れるようになり、食品ロスの削減に繋がります。
西新宿店でも真空スキnpack包装の精肉を取り扱っており、多くのお客さまにお買い上げいただいています。



●AIでの発注も食品ロス削減に

仕入れ面では、全般的にAIを活用しています。データに基づいてAIが判断し発注作業を行います。天候などの急な対応が必要な場合は、本社が一括してコントロールし、過剰発注による食品ロスをなくすために取り組んでいます。

●オリジナルの冷凍商品

当社では、店内で販売する出来立ての商品を、特殊な冷凍機を使用することで高品質に冷凍し、そのままの価格で販売する独自商品「冷凍dai革命」を展開しています。お客さまが日頃からお買い求めいただいている生鮮食材や弁当、惣菜、パンを必要に応じ、冷凍でも購入ができ、好きなときにおいしい状態でお召し上がりいただけます。冷凍技術の発達により可能性が大きく広がっています。



取材を通して

わたしたちの生活に欠かせないスーパーマーケット。
一番身近な存在の場所だからこそ、より私たちの生活に寄り添う工夫が凝らされ、さまざまな企業努力があるのだと知りました。
私たちも一消費者として、食品ロス削減の取組に積極的に参加するとともに、みなさんへの発信を行っていきたく思います。

エコギャラリー新宿スタッフ



エコギャラリー新宿が実施する環境コンテストのご紹介です!

エコギャラリー新宿は、環境をテーマとしたさまざまなコンテストを実施し、優れた取組を表彰しています。2024年度受賞者の作品や活動をご紹介します。詳しくはHPをご覧ください。

第18回 新宿エコワン・グランプリ



新宿エコワン・グランプリとは?

「ゼロカーボンシティ新宿」の実現やSDGsの達成に貢献する、新宿での環境や社会に良い活動および取組を募集、審査し、優良な事例を「新宿エコワン・グランプリ」表彰式で表彰しています。受賞者の皆さまの取組を、表彰式のなかで発表いただくなど、さまざまな媒体を通して発信していくことで、新宿をフィールドに、新たな環境活動をはじめのヒントやきっかけを提供することを目指しています。

新宿エコワン・グランプリくわしくはこちら!
<https://www.shinjuku-ecocenter.jp/event/5479/>



大賞

新宿区障害者福祉事業所等ネットワーク

「養蜂作業を通して障害者の自信とやる気を作り出し、自然環境の保全に努める ~しんじゅQuality みつばちプロジェクト~」

障害のある人達が、働くことを通じて社会とつながることを目的に構成された団体で、新宿区内の養蜂場でみつばちを育て、はちみつを採取し、梱包、販売しています。はちみつは、自主製品の販売会で販売するだけでなく、区内の企業にも提供しています。また、新宿伊勢丹の屋上に設置した養蜂場で採取されたはちみつは、伊勢丹ブランド「MIEL新宿はちみつ」として販売いただいています。近年、区内で開催したワークショップの実績が認められ、新宿の逸品として「ふるさと納税返礼品」にも選出されました。都市型養蜂を通して、都会の緑の保全や環境問題を考えるきっかけを作るとともに、企業、学校などこの活動を広げながら、障害のある人達の仕事として根付くように努めていきたいです。



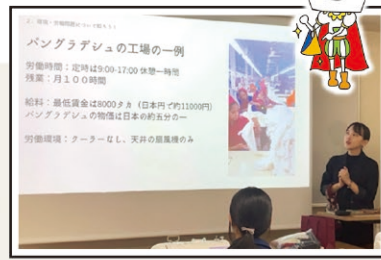
優秀賞



西夏凛さん
 楽しく遊んで、エコ活動の輪を広げたい!
 ~「環境日記わくわくすごろく」が出来るまで~



安保亮さん
 音と音楽を楽しみながら3RとSDGs、音楽と環境問題の連携。



carutena
 「衣服の未来を創る:アップサイクルと啓蒙で衣服の大量廃棄問題に挑む学生団体carutena」



さくらマルシェ
 みんなでみんなのきっかけを創る「きっかけ」フードロス削減を目的としたSDGsプロジェクト「さくらマルシェ」

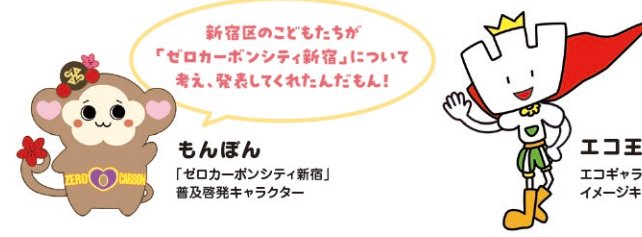


公益財団法人SOMPO環境財団
 「つなぐ・つながる」環境人材の育成の取り組み



株式会社サエラ
 「SORAKASAワークショップ」を通じて、サステナブルな未来へ!

「ゼロカーボンシティ新宿」特別賞

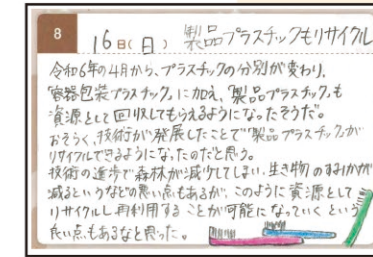


2024年度新宿区 「みどりの小道」環境日記コンテスト

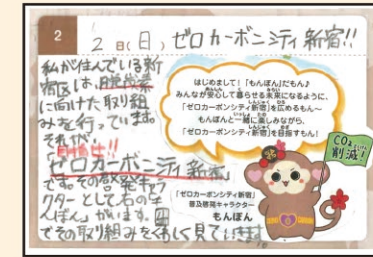
「ゼロカーボンシティ新宿」特別賞とは?

区内の小・中学生を対象に、環境日記・環境絵画のコンテストを開催しています。こどもたちが応募してくれた作品の中から、「ゼロカーボンシティ新宿」に関連するテーマを取り上げた特に優れた作品を「ゼロカーボンシティ新宿」特別賞として表彰しました。新宿「みどりのカーテン」プロジェクトに参加し、「ゼロカーボンシティ新宿」の実現に向けて貢献された方の中で、「みどりのカーテン展(生育記録シートの展示会)」にて多くの支持を集めた方も同賞として表彰しました。

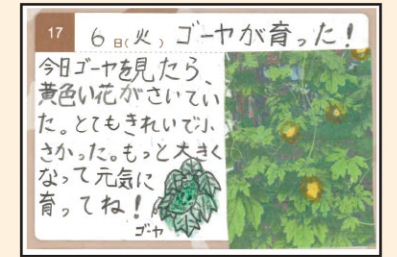
「みどりの小道」環境日記は、一般財団法人グリーンクロスジャパンにより、1999年からスタートしました。次世代を担う小学生を対象に、環境をテーマとした日記を書くことを通じて、日頃から身近な地球環境について考え、身のまわりで何ができるか、みんなで話し合い、行動してもらおうことを目指す環境教育プロジェクトです。



貴志 里沙子さん (市谷小学校 6年)
 プラスチックの分別など様々な事例を通じて人と自然のつながりや関わりを考え、ゼロカーボンシティの実現に向けた考えや期待を紹介してくれました。



佐野 一佳さん (富久小学校 6年)
 新宿をはじめとする各地のゼロカーボンに関係する事例を調査しながら、学校や家庭など日常生活において環境に配慮した暮らしをしている様子を紹介してくれました。



並木 慶さん (四谷小学校 3年)
 気候変動や異常気象に関心を持ちながら、ゼロカーボンアクションとして自宅で継続的に「みどりのカーテン」を育て、その様子をレポートしていただきました。

「みどりの小道」環境日記コンテスト くわしくはこちら!
<https://www.shinjuku-ecocenter.jp/midorinokomichi/>



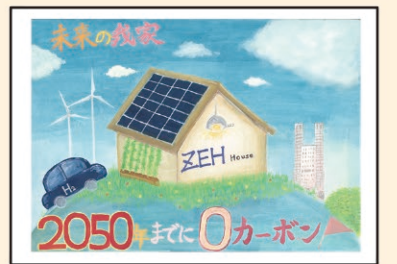
2024年度新宿区 こども環境絵画コンテスト



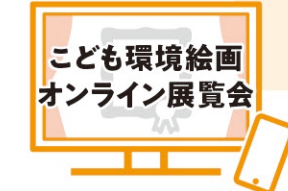
小沼 光太郎さん (柏木小学校 5年)
 「ゼロカーボンシティ新宿 CO₂を背おい投げ!」



佐々木 奏さん (落合第一小学校 5年)
 「わたしのくらしにゼロカーボン」



八木 唯花さん (落合第二中学校 3年)
 「未来の我家 2050年までにゼロカーボン」



区長賞をはじめ、受賞作品全28点をHP上でご覧いただけます。こどもたちの各作品に込められた想いやメッセージを受け取り、環境のことを考え、行動するきっかけにしてみてください。

こども環境絵画受賞作品はこちら!
<https://www.shinjuku-ecocenter.jp/event/5305/>

