

ほけんだよん 5月

まだ食べられるのに、捨てていませんか？



私たちは毎日お茶碗1杯分の食べものを捨てている！

日本では、1年間で約570万トンもの食べものが捨てられています。「570万トン」と言うとイメージしにくいですが、「私たち一人ひとりが一日にお茶碗一杯分、1年間で、45kgの食べ物を捨てている」と言うと、どれだけ多いかわかりますよね。

世界では

1年間で約13億トンの食べ物が捨てられています

これは全食料生産量の3分の1にあたります



食品ロスには2つある！

261万トン

家庭から出る食品ロス
(家庭系食品ロス)

309万トン

お店などから出る食品ロス
(事業系食品ロス)

- ・家庭での食べ残し
- ・料理を作るときにむいた野菜の皮
- ・買ったけれど食べなかったもの

- ・スーパーやコンビニなどの売れ残り
- ・お店での食べ残し
- ・小さい、形が悪いなどで売り物にならないもの
(野菜、くだもの、魚など)



世界では9人に1人が栄養不足！

たくさんの食べ物が捨てられているのに、世界では8億人以上(約9人に1人)が十分に食べられずに、栄養不足で苦しんでいます。

さらに、2050年には世界の人口は20億人ほど増え、97億人になると予測されています。このまま食べものが捨てられ続けると、栄養不足で苦しむ人がもっと増えてしまうのです。



2030年までに、世界の食品ロスを2分の1に！

SDGsでは「2030年までに、世界の一人あたりの食料の廃棄を半減させる」という目標が掲げられました。日本でも、2030年までに「家庭系食品ロスと事業系食品ロスを半減させる」という目標が作られ、積極的に取り組まれています。

SDGs (Sustainable Development Goals) 2030年までに“持続可能でより良い世界”を実現させるために、世界の様々な国で決めた目標です。もちろん、この中には日本も入っています。

※参考:「食品ロスとは」「食費ロスの現状を知る」農林水産省/「もったいない!食べられるのに捨てられる『食品ロス』を減らそう」政府広報オンライン

肌の乾燥・かゆみ、ありませんか？

これから蒸し暑く、汗をたくさんかく季節となってきました。肘や膝など、関節の部分が「かゆい!!」という経験がある人もいます。かゆみがかまんできないうち、かゆみが長く続くときは、もしかしたら『あせも』ではない、何か違う病気が隠れているかもしれません。

内科検診で、『アトピー性皮膚炎』と言われた人は、悪化しないよう保湿や薬等で治療を行うことが必要です。炎症が落ち着くと、薬を辞めたくくなります。しかし、皮膚の下では炎症が続いていることもあるので、主治医の指導のもと、継続して治療を続けてください。