

ぶんきょう 食べきり協力店

たべものに
ありがとう、
ごちそうさま。

小盛り



好み確認



食べきり呼びかけ



量り・ばら売り



期限間近値引



持ち帰り



一人前メニュー



その他



ぶんきょう  食べきり協力店



イクルちゃん



リサちゃん



文京区資源環境部リサイクル清掃課



令和2年3月作成

食品ロスを減らそう！

食品ロスとは、食材の剥きすぎ・切りすぎ、食べ残し、賞味期限切れ等により、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。

SDGs（持続可能な開発目標）では「2030年までに世界全体の一人当たりの食料廃棄を半減させる」ことを目標に掲げています。

国内でも、「食品ロスの削減の推進に関する法律」が施行され、食品ロスの削減は今や私たち一人ひとりが取り組むべき重大な課題です。

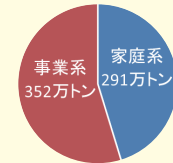


食品ロスに関する情勢

(国内)

- ・年間 **643** 万トンの食品ロスを排出。※1
- 国連世界食糧計画（WFP）による食料援助量のおよそ **1.7** 倍の量。※2
- 廃棄物処理に多額の費用（年間で約 **2** 兆円）。※3
- ・食品ロスの約半分は家庭（約 **291** 万トン）から。※4
- ・食料自給率は **37%**と、海外からの輸入に大きく依存。※5

国内の食品ロス内訳



農林水産省・環境省「平成28年度推計」より



食品ロスの年間排出量は、国民一人当たり一日お茶碗一杯分に相当します。

(文京区)

文京区内の可燃ごみに含まれる食品ロスは推計**約2000トン**で、その内手つかずで直接廃棄された食品は推計で **641トン**。※6

- ※1、4 農林水産省・環境省「平成28年度推計」より
- ※2 国連世界食糧計画「2017年実績」より
- ※3 環境省「一般廃棄物の排出及び処理状況等について」より
- ※5 農林水産省「食料需給表（平成30年度）」より
- ※6 文京区「令和元年度組成分析調査」より

今日から始めよう食べきり推進活動！

食べ物を大切にすることは、食材を育てた方や料理を作ってくれた方へ感謝することにもつながります。自分にできる食べきり推進活動を始めてみましょう。

買物・整理編

- ・空腹時にはできるだけ買物は避ける。
- ・食品の収納場所を決めておく。
- ・量り売り・ばら売りを活用する。
- ・食べきれない未開封の食品をフードドライブへ提供する。



外食編

- ・ハーフサイズ、小盛りメニューなど、食べきれる量を注文する。
- ・アレルギーや苦手なものなど、食べられないものを事前にお店の方に相談してみる。
- ・食べ放題で元を取ろうとして取りすぎない。
- よそったものは食べきる。



宴会編

- ・予約の際、人数・年齢層・男女比などを伝え、食事の量を相談してみる。
- ・幹事さんは、「宴会の開始 30 分間、終了前 10 分間は **食べることを楽しむ時間にしましょう！**」(3010 運動) と呼びかける。
- ・参加者ひとりひとりが、楽しみながら食べきることを心がける。



ばんきょう食べきり協力店とは？

文京区では、「たべものにありがとう、ごちそうさま」を合言葉に、食べ残し対策に取り組む店舗を「食べきり協力店」として登録し、その取組を紹介しています。ぜひ食べきり協力店をご利用いただき、今日から「おいしく食べきる生活」を始めてみませんか。



【協力店ステッカー】

【凡例】

	小盛メニューなど利用者の要望に沿った量での提供		一人前の惣菜等の販売
	苦手な食べ物 アレルギー等の事前確認		賞味期限間近による値引き販売
	食べきりの呼びかけ ポスター等の掲示		食べ残した料理等の持ち帰り
	量り売り・ばら売りの実施		その他の取組



文京区ホームページでも
食べきり協力店
を紹介しています

協力店の紹介は
次のページから！

ばんきょう食べきり協力店の紹介

○…区分 ☎…電話番号 🏠…所在地 📄…お店の取組等に関するメモ






















富坂エリア（後楽・春日・小石川・白山・千石）

<p>1 中央大学生協同組合 理工3号館食堂</p> <p>○ 大学食堂 ☎(3814) 5349 🏠 春日 1-13-27 📄 小鉢を選択可能</p> <p> </p>	<p>2 文京区役所職員互助会 職員食堂店</p> <p>○ 食堂 ☎(6801) 8531 🏠 春日 1-16-21 13階 📄 要望に応じてライスの量を調整可</p> <p></p>	<p>3 J-bien ジェビアン</p> <p>○ レストラン ☎(3813) 1010 🏠 春日 1-16-30 地下1階 📄 食べ残した料理の持ち帰り可（要相談）</p> <p> </p>
<p>4 大利根</p> <p>○ うなぎ ☎(3811) 3031 🏠 春日 2-23-16 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p> </p>	<p>5 稲荷蕎麦 萬盛</p> <p>○ 日本そば ☎(3811) 2763 🏠 春日 2-24-15 📄 季節に応じて食べ残した料理の持ち帰り可</p> <p> </p>	<p>6 豚肉創作料理 美蔵</p> <p>○ 居酒屋 ☎(3815) 3694 🏠 小石川 1-9-5 📄 食べきり推進ポスターを掲示</p> <p> </p>
<p>7 ファミリーレストラン 大黒屋</p> <p>○ レストラン ☎(3814) 0881 🏠 小石川 3-1-1 1階 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p> </p>	<p>8 有限会社はとや</p> <p>○ 弁当 ☎(3811) 8180 🏠 白山 1-18-5 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p></p>	<p>9 おへやカフェ natchan</p> <p>○ カフェ ☎(3812) 0313 🏠 白山 1-19-16 1階 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p> </p>
<p>10 新三陽</p> <p>○ 中華 ☎(3811) 2928 🏠 白山 1-32-7 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p> </p>	<p>11 パイプライン ニューヨーク</p> <p>○ カフェ ☎(3818) 7811 🏠 白山 1-33-8 221号 📄 食べ残した料理の持ち帰りは少量に限り可能</p> <p> </p>	<p>12 木村コーヒー</p> <p>○ コーヒー ☎(3813) 6841 🏠 白山 1-33-25 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p> </p>






食品ロスがちコラム ①「賞味期限と消費期限の違いについて」

賞味期限は「おいしく食べられる期限」のことで、期限切れでも必ずしも食べられないわけではありません。カップめんや缶詰、ペット飲料など比較的長く保存できる食品に表示されています。
消費期限は「過ぎたら食べない方がよい期限」のことで、お弁当やサンドイッチなどの食品に表示されています。

どちらの期限も適切に保存した場合の期限ですので、実際に「目で見る」「臭いをかく」など食品の状態を確認するようにしましょう。

<p>13 焼肉 幸楽苑</p> <p>○ 焼肉 ☎(3815) 8013 🏠 白山 4-33-22 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p>小盛り  好み量  持ち帰り </p>	<p>14 薬膳かふえ然 (休止中)</p> <p>○ カフェ ☎(6327) 6758 🏠 白山 4-37-21 📄 注文前に量等を確認</p> <p>小盛り  好み量  その他 </p>	<p>15 中華料理留園</p> <p>○ 中華 ☎(5395) 6693 🏠 白山 5-22-11 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p>小盛り  好み量  持ち帰り </p>
<p>16 東洋大学白山キャンパス 学生食堂</p> <p>○ 大学学食 ☎(3945) 7287 🏠 白山 5-28-20 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p>小盛り </p>	<p>17 トラットリアトレビアンカ</p> <p>○ イタリアン ☎(3868) 0404 🏠 白山 5-32-13 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p>小盛り  好み量 </p>	<p>18 有限会社ポラール</p> <p>○ イタリアン ☎(5800) 5842 🏠 白山 5-35-5 📄 食べ残した料理の持ち帰り可 (要相談)</p> <p>小盛り  持ち帰り </p>
<p>19 喜三郎農場</p> <p>○ 和食 ☎(3943) 3746 🏠 千石 1-23-11 📄 食べ残した料理の持ち帰り可 (要相談)</p> <p>小盛り  持ち帰り  その他 </p>	<p>20 スクアールビストロ</p> <p>○ レストラン ☎(3945) 6821 🏠 千石 4-45-18 📄 要望に応じて量の調整可 野菜たっぷりなサービ斯拉ンチあり</p> <p>小盛り  その他 </p>	<p>21 コミュニティカフェ 風のやすみば</p> <p>○ カフェ (NPO) ☎(3943) 8155 🏠 千石 4-5-2 📄 希望の量を聞いて盛り付け</p> <p>小盛り  その他 </p>




大塚エリア (水道・小日向・大塚・関口・目白台・音羽)

<p>22 拓殖大学文京キャンパス 学生食堂</p> <p>○ 大学学食 ☎(3941) 7015 🏠 小日向 3-4-14 地下1階 📄 半ライス券 3枚ためると一部メニューから交換可</p> <p>小盛り </p>	<p>23 カフェBUNBUN</p> <p>○ 売店 カフェ & ベーカリー ☎(5940) 2822 🏠 小日向 2-16-15 📄 売店では賞味期限周辺の商品の値引き販売を実施</p> <p>食べ残し呼びかけ  期間限定割引 </p>	<p>24 コーヒーショップコナ</p> <p>○ コーヒー ☎(3945) 1685 🏠 大塚 4-48-5-103 📄 要望に応じて量の調整可 禁煙店</p> <p>小盛り  持ち帰り </p>
---	--	---


- ①「中央大学生活協同組合理工工 3号館食堂」は学生を対象としているため、一般の方のご利用はご遠慮ください。
 ⑥「東洋大学白山キャンパス」は学生を対象としているため、一般の方のご利用はご遠慮ください。
 ②「拓殖大学文京キャンパス学生食堂」の利用可能な期間については大学のホームページにてご確認ください。

食品ロスがちコラム ②「食べ残しをしやすいのは？」

農林水産省「食品ロス統計調査・外食調査」(平成 27 年)によると、食堂・レストラン、結婚披露宴、宴会の内、食べ残しの量の割合が最も多かったのは宴会でした。宴会では会話に夢中になるあまり、食事を忘れてしまったり、盛り上げようと注文しすぎる、などがあるかもしれません。「3010 運動に取り組む」、「注分量を見直す」など、できることから始めてみましょう。

<p>25 ITALIAN GRILL 芹</p> <p>○ イタリアン ☎(3266) 7111 🏠 関口 1-5-6 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p> </p>	<p>26 バンディエラ</p> <p>○ レストラン ☎(6228) 1091 🏠 関口 1-5-9 1階 📄 注文の際、食べられる量を確認。季節に応じて、食べ残した料理の持ち帰り可</p> <p>  </p>	<p>27 鈴木商店</p> <p>○ 精肉 ☎(3268) 8934 🏠 関口 1-6-5-101 📄 肉の量り売り実施</p> <p> </p>
<p>28 株式会社喜作</p> <p>○ 米菓 ☎(3268) 1121 🏠 関口 1-7-2 📄 需要を見ながら細かに生産等に対応している</p> <p> </p>	<p>29 玉露園喫茶室</p> <p>○ 喫茶店 ☎(3269) 7060 🏠 関口 1-14-1 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p></p>	

本富士エリア (本郷・西片・湯島・弥生・根津)

<p>30 すずの木ベーカリー</p> <p>○ パン ☎(3818) 1728 🏠 本郷 2-29-10 📄 切り落としたパンの耳はダイス状にカットレクルトンにして再生</p> <p></p>	<p>31 搾り屋吉系門</p> <p>○ ジュース ☎(3816) 1071 🏠 本郷 3-28-4 📄 ジュースの搾りかすをドレッシングやスープに利用(搾りかすは無料提供可)</p> <p></p>	<p>32 レストランせんごく 本郷店</p> <p>○ レストラン ☎(3816) 5466 🏠 本郷 4-2-1 2階 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p></p>
<p>33 キッチン麦畑</p> <p>○ 弁当 ☎(3816) 7564 🏠 本郷 4-7-4 📄 食材を残さず使い切るように料理</p> <p>  </p>	<p>34 -Social Cafe- Sign with Me very berry soup 春日店</p> <p>○ カフェ ☎なし 🏠 本郷 4-15-14 1階 📄 テイクアウトは原則紙袋のみで提供。注文の際、指でメニューをご提示いただけると嬉しいです。</p> <p>  </p>	<p>35 オステリアアカパンナ</p> <p>○ イタリアン ☎(3815) 8856 🏠 本郷 5-9-7 📄 要望に応じて量の調整可</p> <p></p>

食品ロスがちコラム ③「身近にある『食品ロス』を探してみる」

※農林水産省「食品ロスおよび食品リサイクルをめぐる情勢」参照

食品ロスの削減は、誰もが取り組むべき大きな課題になっています。事業者では、賞味期限の年月表示、(一人前ずつの包装など)食品の容器包装の改善、恵方巻きの予約販売など販売方法の工夫、未利用食品のフードバンクへの提供など様々な取組が実施されています。ぜひ、買物・外食など普段の生活の中にある「食品ロス」を探してみましょう!

(年月表示の例)
2020.1.1→2020.1

<p>36 -Social Cafe- Sign with Me very berry soup 本郷店</p> <p>☐ カフェ ☎ なし 🏠 本郷 5-23-11 2階 📖 テイクアウトは原則紙袋のみで提供。注文の際、指でメニューをご提示いただけると嬉しいです。</p> <p>小盛り その他 持ち帰り </p>	<p>37 トラットリア ラ ストラータ カンパーニャ</p> <p>☐ イタリアン ☎ (5684) 0043 🏠 本郷 5-23-11 📖 オーダー時に食べられる料理の量を確認 予約時にベジタリアン対応可</p> <p>小盛り 好み度 その他 </p>	<p>38 韓国家庭の味 いなか家</p> <p>☐ 韓国料理 ☎ (5689) 6307 🏠 本郷 5-30-2 📖 食べられる量をお伺いし提供</p> <p>小盛り その他 </p>
<p>39 呑み食い処 しのの</p> <p>☐ 居酒屋 ☎ (6801) 6831 🏠 西片 1-15-6 📖 要望に応じて量の調整可</p> <p>小盛り 持ち帰り </p>	<p>40 (有) グリル セイツ</p> <p>☐ レストラン ☎ (3814) 6766 🏠 湯島 1-5-45 東京医科歯科大学 1号館 9階 📖 当日中の消費に限り、食べ残した料理の持ち帰り可 (5月~10月不可) 「炭水化物ダイエット」用メニューあり</p> <p>小盛り 好み度 食べ残し持ち帰り可 持ち帰り </p>	<p>41 アルファカフェ</p> <p>☐ カフェ ☎ (5832) 9666 🏠 根津 2-16-8 1階 📖 要望に応じて量の調整可</p> <p>小盛り 好み度 一人前メニュー 期間限定品 持ち帰り </p>

駒込エリア (向丘・千駄木・本駒込)

<p>42 ビアンカ 1992</p> <p>☐ イタリアン ☎ (5844) 6778 🏠 向丘 1-10-3-202 📖 要望に応じて量の調整可</p> <p>小盛り 好み度 </p>	<p>43 中華 兆徳</p> <p>☐ 中華 ☎ (5684) 5650 🏠 向丘 1-10-5 📖 食べ残した料理の持ち帰り可 (要相談)</p> <p>小盛り 持ち帰り </p>	<p>44 文京学院大学 本郷キャンパス</p> <p>☐ 大学学食 ☎ (3818) 4593 🏠 向丘 1-19-1 📖 テイクアウトの値引き販売</p> <p>その他 </p>
<p>45 おにぎり cafe 利さく</p> <p>☐ カフェ (おにぎり) ☎ (5834)7292 🏠 千駄木 2-31-6 📖 テイクアウトでは、竹皮でおにぎりを包んでお渡し</p> <p>盛りばら売り その他 一人前メニュー </p>	<p>46 やなぎに桜</p> <p>☐ 漬物 ☎ (5834)0602 🏠 千駄木 2-33-6 📖 お客様持参の保冷剤や タッパー等にも対応</p> <p>盛りばら売り </p>	<p>47 シシリア食堂</p> <p>☐ イタリアン ☎ (6912) 1411 🏠 本駒込 2-1-5 1階 📖 要望に応じて量の調整可 食べ残した料理の持ち帰り可 (要相談)</p> <p>小盛り 好み度 持ち帰り </p>

④「文京学院大学本郷キャンパス」は学生を対象としているため、一般の方のご利用はご遠慮ください。

食品ロスがらみ ④「飲食店での食べ残しについて」

飲食店では、時間をかけて準備したお料理も、食べ残ってしまえば廃棄処分せざるを得ません。「たべものにありがとう、ごちそうさま」を心がけ、料理を食べることで、お店の方にとっても、私たちにとっても、幸せなひとときにしませんか？

食べきり協力店では小盛りメニューやハーフサイズなど量の調整ができるお店があります。ぜひ一度相談してみたいかがでしょう。



- 富坂エリア
- 本富士エリア
- 大塚エリア
- 駒込エリア

お店の方へ

現在文京区内で47店舗（令和2年3月現在）が食べきり協力店に登録し、食品ロス削減に取り組んでいます。今後さらに食べきり推進活動を広げていくため、ご登録をお願いします。 <https://www.city.bunkyo.lg.jp/>

申請方法など、詳細はこちらのQRコードからご確認ください。



《お申込み・お問合せ先》

文京区リサイクル清掃課 リサイクル推進係
（文京シビックセンター 17階南側）

Tel. 03-5803-1135 Fax. 03-5803-1362

ホームページ <https://www.city.bunkyo.lg.jp/>

