

今日から「おいしく食べきる生活」を始めよう!

ぶんきょう食べきり協力店

ごちそうさまでした!



ぶんきょう食べきり協力店 随時募集中!

区とともに食品ロス削減に取り組んでみませんか。申請方法など、詳細は区ホームページからご確認ください。

募集対象 区内店舗（小売業・飲食店業・旅館業等）

※大学内の学生食堂も対象です。



▲区ホームページ

登録基準 以下の食べ残し対策について、**いずれか1つ以上**に取り組んでいること。

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

申請方法 申請フォームからご申請いただくか、ぶんきょう食べきり協力店登録申請書（区ホームページからダウンロード可）に必要事項と取組内容を記載し、以下申請先まで郵送・FAX 又はご持参ください。詳しくは区ホームページをご確認ください。



▲申請フォーム

申請・問い合わせ先 文京区 資源環境部 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）
☎03-5803-1135 FAX 03-5803-1362

このステッカーが目印です!

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 |
| 期間間近値引 | 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

詳しいお店情報は
区ホームページから check!



令和 6 年 3 月発行



食品ロスとは…

買い過ぎ・期限切れ・食べ残し・過剰な除去（野菜の皮など）等により、本来食べられたはずなのに廃棄されてしまう食品のこと

日本は大量の食品を廃棄しており、一般廃棄物（家庭から出る食品ロスを含む）を焼却処分するための経費は約2.1兆円（令和3年度）で、**国民一人当たり年間17,000円**の費用が掛かっているとされています。

また、日本は**多くの食品を海外から輸入**しています。船や飛行機を利用した食品の輸送や、それら食品の焼却処分により多くのCO₂を排出しており、地球温暖化問題にも繋がっています。

このような状況を考慮すると、**食品ロスの削減は重要な課題**と言えます。

出典：消費者庁「食品ロス削減ガイドブック（令和5年度版）」

文京区の家庭から出る 1年間の食品ロス

約**1,987**トン

（令和4年度推計）



家庭から出る食品ロスを減らすには、1人ひとりの行動がとても大切です。

「**買い物の前に冷蔵庫内をチェックする**」
「**野菜の皮は必要以上に捨てず、食べられる部分はできる限り無駄にしないよう調理する**」
「**食べきり協力店や、フードシェアリングサービスを利用する**」など日々の生活の中で私たちが
ができることはたくさんあります。

日本では家計の支出のうち、食品が消費支出の1/4以上を占めています。
4人家族の世帯では、**年間約6万円分の食品が捨てられている**というデータも。

（出典：東京都「食品ロス0（ゼロ）アクション」）

登録料
利用料
無料

文京×タベスケ

～文京区の食品ロス削減マッチングサービス～



▲ご登録はこちらから

文京区内の飲食店等において期間近や急なキャンセルなどで廃棄となりそうな食品を割引価格でWebサイト上等に出品し、お得に食品を購入したい消費者とマッチングするサービスです。



ぶんきょう食べきり協力店とは？

文京区では、「**たべものありがとう、ごちそうさま。**」を合言葉に、食べ残し対策に取り組むお店を「ぶんきょう食べきり協力店」に登録し、その取組を紹介しています。ぜひ積極的にご利用いただき、今日から「**おいしく食べきる生活**」を始めてみませんか。



▲ぶんきょう食べきり協力店ステッカー

ぶんきょう食べきり協力店の紹介

○…区分 ☎…電話番号 🏠…所在地 📄…その他の食べきり推進活動のための取組の詳細

- リ**…文京区リサイクル推進協力店 ※各種資源の回収や、修理など3R活動に積極的に取り組むお店
- ゲ**…文京グルメマップ掲載店（発行：文京区観光協会）
- ハ**…Happy Vegetable 加盟店（ハピベジ加盟店）※一食当たり野菜120gとれるメニューを提供しているお店
- タ**…「文京×タベスケ」登録店

小盛り	小盛りメニューなど利用者の要望に沿った量での提供	期間近値引	賞味期間近による値引き販売
好み確認	苦手な食べ物やアレルギー等の事前確認	持ち帰り	食べ残した料理等の持ち帰り
食べきり呼びかけ	食べきりの呼びかけ・ポスター等の掲示	一人前メニュー	一人前の惣菜の販売
量りばち売り	量り売り・ばら売りの実施	その他	その他食べきり推進活動のための取組

このパンフレットは令和6年1月時点の情報で作成しています。営業時間等は変更する場合があります。直接店舗にご確認ください。

富坂エリア（後楽・春日・小石川・白山・千石）

- 1** 中央大学生協同組合 理工3号館食堂
○ 学生食堂
☎ (3814) 5349
🏠 春日1-13-27
※利用対象は学生のみ
- 2** 文京区役所職員食堂 **ハ**
○ 食堂
☎ (6801) 8531
🏠 春日1-16-21 13階
- 3** 大利根
○ うなぎ
☎ (3811) 3031
🏠 春日2-23-16



<p>4 稲荷蕎麦 萬盛 グ</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>小盛り 好み確認 持ち帰り</p>	<p>5 豚肉創作料理 美蔵</p> <p>○居酒屋 ☎(3815) 3694 ㊟小石川 1-9-5</p> <p>小盛り 食べきり呼びかけ 持ち帰り</p>	<p>6 井上肉店 リ</p> <p>○精肉 ☎(3813) 0868 ㊟小石川 1-25-10</p> <p>小盛り 量りばら売り</p>	<p>19 喜三郎農場 ハグ</p> <p>○和食 ☎(3943) 3746 ㊟千石 1-23-11</p> <p>小盛り 持ち帰り</p>	<p>20 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 水野ビル 1階</p> <p>小盛り</p>	<p>21 スクアールビストロ グ</p> <p>○レストラン ☎(3945) 6821 ㊟千石 4-45-18</p> <p>小盛り 持ち帰り</p>
<p>7 ファミリーレストラン 大黒屋 タ</p> <p>○レストラン ☎(3814) 0881 ㊟小石川 3-1-1 田中ビル 1階 ※「食品ロス削減国民運動」協力店 ※「3010 運動」協力店</p> <p>小盛り 食べきり呼びかけ 持ち帰り</p>	<p>8 小石川 丸赤</p> <p>○鮮魚販売 ☎(3818) 8288 ㊟小石川 4-21-1</p> <p>量りばら売り 期間限定値引 一人前メニュー</p>	<p>9 ダイニング 悦</p> <p>○レストラン ☎(3818) 3339 ㊟小石川 4-21-1 2階</p> <p>小盛り 持ち帰り</p>	<p>22 73.373.88</p> <p>○コーヒースタンド ☎なし ㊟白山 1-19-16 Swallow 1階</p> <p>好み確認 期間限定値引</p>	<p>23 コドモカフェ オトナバー TUMMY</p> <p>○カフェ&バー ☎(6824) 1947 ㊟千石 3-5-15 1階 ☎ペイフォワード(500円分のお食事券あり)</p> <p>小盛り 好み確認 期間限定値引 持ち帰り 一人前メニュー その他</p>	<p>24 はまの屋パーラー 後楽園店 リ</p> <p>○喫茶店 ☎(3830) 0361 ㊟春日 1-2-3 メトロ・エム後楽園 5階 ☎食パンの端をパン粉に再生</p> <p>小盛り 持ち帰り その他</p>
<p>10 (有) はとや</p> <p>○弁当 ☎(3811) 8180 ㊟白山 1-18-5 ☎食材の状況に応じた日替わりメニューの提供</p> <p>小盛り 期間限定値引 一人前メニュー その他</p>	<p>11 おへやカフェ natchan</p> <p>○カフェ ☎(3812) 0313 ㊟白山 1-19-16 ポラーレ白山 1階</p> <p>小盛り 好み確認</p>	<p>12 新三陽 ハ</p> <p>○中華 ☎(3811) 2973 ㊟白山 1-32-8</p> <p>小盛り 好み確認 食べきり呼びかけ 持ち帰り</p>	<p>25 金寿し NEW グ</p> <p>○寿司 ☎(3811) 5051 ㊟小石川 1-25-6</p> <p>小盛り 好み確認 持ち帰り</p>	<p>26 キッチン ユタカ NEW ハ</p> <p>○定食(惣菜、お弁当) ☎050(1720) 0502 ㊟白山 1-14-10</p> <p>小盛り 好み確認 期間限定値引 一人前メニュー</p>	
<p>13 パイプライン ニューヨーク</p> <p>○カフェ ☎(3818) 7811 ㊟白山 1-33-8 朝日白山マンション 221</p> <p>小盛り 食べきり呼びかけ 持ち帰り</p>	<p>14 木村コーヒー</p> <p>○コーヒー ☎(3813) 6841 ㊟白山 1-33-25</p> <p>小盛り 期間限定値引</p>	<p>15 エスニックインドレストラン スーラジ ハ</p> <p>○レストラン ☎(3812) 5054 ㊟白山 2-26-18 1階</p> <p>小盛り 食べきり呼びかけ 持ち帰り 一人前メニュー</p>	<p>大塚エリア (水道・小日向・大塚・関口・目白台・音羽)</p>		
<p>16 焼肉 幸楽苑</p> <p>○焼肉 ☎(3815) 8013 ㊟白山 4-33-22</p> <p>小盛り 好み確認 持ち帰り</p>	<p>17 中国料理 留園</p> <p>○中華 ☎(5395) 6693 ㊟白山 5-22-11</p> <p>小盛り 好み確認 持ち帰り</p>	<p>18 東洋大学白山キャンパス 学生食堂</p> <p>○学生食堂 ☎(3945) 7287 ㊟白山 5-28-20 ※利用対象は学生のみ</p> <p>小盛り</p>	<p>4 カフェBUNBUN タ</p> <p>○売店 カフェ & ベーカーリー ☎(5940) 2822 ㊟小日向 2-16-15</p> <p>食べきり呼びかけ 期間限定値引</p>	<p>5 餃子の王将 茗荷谷駅前店</p> <p>○中華 ☎(3944) 3525 ㊟小日向 4-7-11</p> <p>小盛り 好み確認 持ち帰り 一人前メニュー</p>	<p>6 コーヒーショップ コナ</p> <p>○コーヒー ☎(3945) 1685 ㊟大塚 4-48-5 第27 宮庭マンション 103 ※禁煙店</p> <p>小盛り 持ち帰り</p>

【凡例】

- 小盛り 小盛りメニューなど利用者の要望に沿った量での提供
- 好み確認 苦手な食べ物やアレルギー等の事前確認
- 食べきり呼びかけ 食べきりの呼びかけ・ポスター等の掲示
- 量りばら売り 量り売り・ばら売りの実施
- 期間限定値引 賞味期限間近による値引き販売
- 持ち帰り 食べ残した料理等の持ち帰り
- 一人前メニュー 一人前の惣菜の販売
- その他 他食べきり推進活動のための取組

7 ITALIAN GRILL 芹
 ○イタリアン
 ☎ (3266) 7111
 🏠 関口 1-5-6
 小盛り 好み確認

8 バンディエラ **ハグ**
 ○レストラン ☎ (6228) 1091
 🏠 関口 1-5-9 ドーム関口 1 階
 ※季節に応じて食べ残した料理の持ち帰り可
 小盛り 好み確認 持ち帰り

9 鈴木商店
 ○精肉
 ☎ (3268) 8934
 🏠 関口 1-6-5-101
 量りばらし 期間限定販売

4 もんじゃ えん **グ**
 ○もんじゃお好み焼き定食
 ☎ (5802) 2278
 🏠 本郷 3-4-2-8
 食材の状態に応じて日替わり小鉢のメニューを決定
 好み確認 その他

5 レストランせんごく 本郷店
 ○レストラン
 ☎ (3816) 5466
 🏠 本郷 4-2-1 芙蓉堂ビル 2 階
 小盛り

6 キッチン麦畑
 ○弁当
 ☎ (3816) 7564
 🏠 本郷 4-7-4
 食材を残さず使い切るように料理
 小盛り 好み確認 その他

10 株式会社 喜作 **グ**
 ○米菓 ☎ (3268) 1121
 🏠 関口 1-7-2
 お客様からご要望の多い商品に特化した品揃え
 一人前メニュー その他

11 玉露園喫茶室 **グ**
 ○喫茶店
 ☎ (3269) 7060
 🏠 関口 1-14-1
 小盛り

12 我楽田工房
 ○シェアキッチン・カフェ
 ☎ (6228) 0051
 🏠 関口 1-29-6 1 階
 規格外の食材でグラノーラを手作り・販売、勉強会の実施
 好み確認 量りばらし その他

7 - Social Cafe - Sign with Me **ハ**
 ○カフェ ☎ なし
 🏠 本郷 4-15-14
 文京区民センター 1 階
 小盛り 持ち帰り

8 オステリア カパンナ
 ○イタリアン
 ☎ (3815) 8856
 🏠 本郷 5-9-7
 小盛り

9 韓国家庭の味 いなか家 **グ**
 ○韓国料理
 ☎ (5689) 6307
 🏠 本郷 5-30-2
 小盛り

13 イタリア料理 タベルナ アイ **ハグ**
 ○イタリアン
 ☎ (6912) 0780
 🏠 関口 3-18-4
 ※お子様連れもOK
 小盛り 好み確認 持ち帰り

14 SPERANZA **グ**
 ○イタリアン
 ☎ (5981) 9083
 🏠 音羽 2-4-2 ノーブル音羽 1 階
 小盛り 好み確認 持ち帰り

15 和食処 味彩
 ○和食
 ☎ (4362) 5459
 🏠 音羽 2-2-2 アベニュー音羽 104
 小盛り 好み確認 持ち帰り

10 萬成園
 ○中華 ☎ (3816) 3559
 🏠 本郷 7-2-5 仁誠堂ビル 1 階
 ※好みや体調、季節に合わせた料理を提案・提供
 小盛り 好み確認 食べきり盛り付け 持ち帰り

11 呑み食い処しなの
 ○居酒屋
 ☎ (6801) 6831
 🏠 西片 1-15-6
 小盛り 持ち帰り

12 (有) グリルセインツ
 ○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)
 小盛り 好み確認 食べきり盛り付け 持ち帰り

16 旬菜だいにんぐ okko
 ○定食・お弁当・惣菜の調理及び販売
 ☎ (5261) 8382
 🏠 関口 1-13-1
 小盛り 好み確認 量りばらし 一人前メニュー

17 ムエタイハウス **NEW タ**
 ○レストラン
 ☎ (3946) 1714
 🏠 大塚 5-9-3
 期間限定販売 持ち帰り

13 ビストロ・グラッソ **グ**
 ○創作料理
 ☎ (3835) 1184
 🏠 湯島 3-9-11
 エムビル (旧増田ビル) 1 階
 小盛り 好み確認 食べきり盛り付け 持ち帰り

14 板倉茶屋 要 **グ**
 ○日本料理
 ☎ (3831) 6265
 🏠 湯島 3-44-9
 ※予約時に料理の量を確認
 小盛り 好み確認 持ち帰り

15 東京大学消費生活協同組合 第二食堂
 ○学生食堂
 ☎ (3811) 4889
 🏠 本郷 7-3-1
 ※一般の方も利用可能
 小盛り 量りばらし 一人前メニュー

本富士エリア (本郷・西片・湯島・弥生・根津)

1 すずの木ベーカリー **タ**
 ○パン ☎ (3818) 1728
 🏠 本郷 2-29-10
 切り落としたパンの耳はグイスタにカットシトルンにして再生
 その他

2 まぐる専門店 MEGRO
 ○居酒屋
 ☎ (5844) 6369
 🏠 本郷 2-40-13 1 階奥
 小盛り 好み確認 食べきり盛り付け 持ち帰り

3 搾り屋 935 **ハ**
 ○ジュース ☎ (3816) 1071
 🏠 本郷 3-28-4
 ジュースの搾りカスをドレッシングやスープに利用 (店舗利用で搾りカス無料提供可)
 その他

16 東京大学消費生活協同組合 農学部食堂
 ○学生食堂
 ☎ (5803) 9761
 🏠 弥生 1-1-1
 ※一般の方も利用可能
 小盛り 一人前メニュー

17 東京大学消費生活協同組合 中央食堂
 ○学生食堂
 ☎ (3812) 7336
 🏠 本郷 7-3-1
 ※一般の方も利用可能
 小盛り 量りばらし 一人前メニュー

18 東京大学消費生活協同組合 银杏メトロ食堂
 ○学生食堂
 ☎ (3811) 5297
 🏠 本郷 7-3-1
 ※一般の方も利用可能
 小盛り 量りばらし 一人前メニュー

【凡例】

- 小盛り 小盛りメニューなど利用者の要望に沿った量での提供
- 好み確認 苦手な食べ物やアレルギー等の事前確認
- 食べきり盛り付け 食べきりの呼びかけ・ポスター等の掲示
- 量りばらし 量り売り・ばらしの実施
- 期間限定販売 賞味期限間近による値引き販売
- 持ち帰り 食べ残した料理等の持ち帰り
- 一人前メニュー 一人前の惣菜の販売
- その他 小盛り 小盛りメニューなど利用者の要望に沿った量での提供

19 東洋学園大学 学生食堂 NEW

○ 学生食堂
 ☎ (3811) 1696
 🏠 本郷 1-26-3
 ※利用対象は学生のみ
 📄 食材を残さず使い切るよう調理

小盛り 好み確認 期間限定メニュー 一人前メニュー その他

20 クリマディ トスカーナ NEW グ

○ イタリアン
 ☎ (5615) 8258
 🏠 本郷 1-28-32-101

小盛り 好み確認 期間限定メニュー 持ち帰り

駒込エリア (向丘・千駄木・本駒込)

1 ビアンカ 1992 ハ

○ イタリアン
 ☎ (5844) 6778
 🏠 向丘 1-10-3 着町旭ビル 202

小盛り 好み確認

2 中華 兆徳

○ 中華
 ☎ (5684) 5650
 🏠 向丘 1-10-5

小盛り 持ち帰り

3 文京学院大学 本郷キャンパス

○ 学生食堂
 ☎ (3818) 4593
 🏠 向丘 1-19-1
 ※利用対象は学生のみ

一人前メニュー

4 おにぎり cafe 利さく

○ カフェ (おにぎり)
 ☎ (5834) 7292
 🏠 千駄木 2-31-6

好み確認 盛りばり売り 持ち帰り 一人前メニュー

5 やなぎに桜

○ 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

盛りばり売り

6 肉のおおたに リ

○ 精肉
 ☎ (3828) 0930
 🏠 千駄木 5-5-3

盛りばり売り 一人前メニュー

7 駕籠町藪そば

○ 日本そば
 ☎ (3947) 2611
 🏠 本駒込 2-29-20

小盛り 好み確認 持ち帰り 一人前メニュー

8 割烹かねこ グ

○ 日本料理 ☎ (3821) 1008
 🏠 向丘 2-12-2
 令和 6 年 2 月より、当面の間、飲食の
 ご提供はお休みさせていただき、場所の
 貸出しのみの営業
 となります。

小盛り 好み確認

9 クチーナ プルチーノ

○ イタリアン
 ☎ (5976) 6700
 🏠 本駒込 6-15-9
 フォレスト六義園 2 階

小盛り 好み確認 持ち帰り

10 スジャ屋 千石店 NEW

○ 韓国料理
 ☎ (6912) 0073
 🏠 本駒込 2-9-5 寺本ビル 1 階
 📄 作り置きをせず、ご注文を
 いただいでから調理

その他

memo

賞味期限と消費期限の違い

食品の期限表示は、「賞味期限」と「消費期限」の2種類あります。

賞味期限 「品質が変わらずにおいしく食べられる期間」の
 ことです。日持ちする食品に表示されています。

消費期限 「安全に食べられる期間」の
 ことです。傷みやすい食品に表示されています。

一度開封した食品は、表示されている期限にかかわらず、早めに食べきりましょう。

食品ロス1人1日 4.9gの減量のために…

文京区は2019 (令和元) 年度の家庭ごみとして排出された食品ロスの量を、区民1人1日当たり24.3gと推計しています。そこで、「文京区食品ロス削減推進計画」を策定し、**2030年度には19.4g/人日 (4.9g/人日の減)**とすることを目標としています。

単身世帯の場合

1か月(30日)で約147gの減量を目指そう!
 147gと同じくらいの重さの食品は…

じゃがいも1個 トマト1個 にんじん1本 ごはん1杯

バラ売りで買った方が残さないかも…

1年間(365日)で約1.8kgの減量を目指そう!
 りんご(1個240gの場合) 約7.5個分相当

3人世帯の場合

1か月(30日)で約441gの減量を目指そう!
 441gと同じくらいの重さの食品は…

大根1/2 白菜1/4 玉ねぎ2個 レタス1個 豆腐3パック(150g×3)

1年間(365日)で約5.4kgの減量を目指そう!
 キャベツ(1個1,200gの場合) 約4.5個分相当

出典:文京区一般廃棄物処理基本計画(令和3年度~令和12年度)

区でも「食品ロス対策事業」を実施しています

フードドライブ (未利用食品の回収)

回収対象 家庭から出た賞味期限まで **2か月以上ある常温保存可能な食品**

(例) 缶詰、インスタント・レトルト食品、乾麺、米(国産米で精米から2年以内のもの)、調味料(塩、砂糖は賞味期限の表示がなくても可)、飲料(アルコール飲料を除く)、菓子、乳幼児食品等
 ※開封済みの食品、包装や外装が破損している食品は回収不可

受付窓口

- リサイクル清掃課(文京シビックセンター17階南側) 月~金曜午前8時30分~午後5時(祝日、12月29日~1月3日を除く)
- イベント回収
- 自宅訪問受取サービス(指定の着払い伝票で食品を郵送) 対象:リサイクル清掃課窓口等へ食品の持参が困難な区内在住者

QRコード: 区HP

ぶんきょう食べきり協力店 MAP

※新型コロナウイルスの感染拡大等に伴い、
店舗情報に変更される場合があります。

