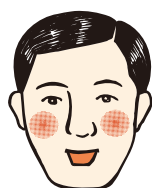


私の家の使い切れなかった・食べ切れなかった食べ物日記



FOOD LOSS DIARY 2019



WAKE UP!!

ワケアップ! 仙台

～めざめよ! ごみ分別都市。～

□10/1(火)～10/7(月)

□10/8(火)～10/14(祝)

□10/15(火)～10/21(月)

□10/22(祝)～10/28(月)

□10/29(火)～11/4(振休・月)

仙台市環境局 食品ロス・ダイアリー調査票

この調査について

このたびは仙台市「食品ロス・ダイアリー」市民モニター調査にご協力ありがとうございます。以下をお読みいただき調査へのご協力をお願いいたします。

① 調査の趣旨

仙台市内の家庭から出された生ごみには、本来は食べられるのに捨てられてしまった「食品ロス」が約3割含まれています。仙台市では今後、市民・事業者の皆様と連携してこの食品ロス削減に取り組む予定です。そこで、食品ロスが発生してしまう理由を具体的に把握し、その解決に向けた方策を検討することを目的として、この調査を実施します。

② 調査にご協力いただく期間

令和元年10月1日(火)～ 令和元年11月4日(振休・月)

③ 調査の流れ

- ・はじめに、事前アンケート(P3～5)にご回答ください。
- ・次に、この調査票の説明と記入方法(P6～9)を読んでから、食品ロス・ダイアリー(P10～29)に記入してください。(1週間×5回)
- ・一部のモニターの方には調査期間中に一度、講座にご参加いただきます。参加をお願いする方には、「講座へのご案内」を同封しています。「講座へのご案内」をよくお読みいただき、参加へのご協力をお願い致します。
- ・5週間の記入が終わったら、事後アンケート(P30～36)にご回答ください。
- ・以上の記入が終わったら、同封の返送用封筒(切手不要)に入れて**11月7日(木)**までにポストに投函してください。

④ 注意点

- ・記入に用いる筆記用具は問いません。(鉛筆・ボールペン等でご記入ください。)
- ・ふだんの暮らしの中で発生する食品ロスを調査することが目的ですので、調査期間中はいつもどおりに暮らしながら、自然体で取り組んでください。
- ・家庭で捨てた食品ロスが記入の対象です。記入者ご本人が捨てたもののほか、家族の方が捨てたものもできるだけ記入してください。外食時に食べ残したものや、職場や外出先で捨てたものは記入不要です。
- ・調査票のご返送後、調査票の記載を確認し、謝礼を送付させていただきますので、事後アンケートのお名前・連絡先は必ずご記入ください。(未記入が多い場合は謝礼の送付を見合わせる場合があります。)

⑤ 問い合わせ先

仙台市環境局家庭ごみ減量課 TEL 022-214-8229

○ 事前アンケート

1

あなたの家の世帯主の職業について、あてはまるものをひとつに○をつけてください。

1. 会社員 2. 公務員 3. 自営業 4. 会社役員 5. 自由業 6. 専業主婦(夫) 7. 学生
8. パート・アルバイト 9. 無職

2

あなたの家で主に調理をしている人の性別・年代に○をつけてください。(10月1日時点)

- 性別: 1. 女性 2. 男性
- 年代: 1. 10代 2. 20代 3. 30代 4. 40代 5. 50代 6. 60代以上

3

あなたの家で主に調理をしている人の就労状況について、あてはまるもののひとつに○をつけてください。

- 1.家事 2.就業(通勤、フルタイム) 3.就業(通勤、短時間勤務) 4.就業(在宅勤務) 5.学業
6.その他【 】

4

あなたを含めた現在の同居人数は何名ですか。(10月1日時点)

()人

年代別の内訳を記入してください。

(6歳未満 人 / 6歳～12歳 人 / 13歳～17歳 人 / 18歳～34歳 人 / 35歳～49歳 人 / 50歳～64歳 人 / 65歳以上 人)

5

現在お住いの住居について、あてはまるものひとつに○をつけてください。

1. 持ち家(一戸建て) 2. 持ち家(マンション等集合住宅) 3. 賃貸(一戸建て) 4. 賃貸(マンション等集合住宅) 5. 杜宅・寮・シェアハウス等 6. その他

6

あなたの家では、自家菜園や貸農園等で、自宅で消費するための野菜を作っていますか？

1. はい 2. いいえ

7

あなたの家で食品の買い物を日常的に行っているのは誰ですか？ 最もあてはまるもののひとつに○をつけてください。

1. 回答者本人のみ 2. 回答者と同居者(複数) 3. 回答者ではない同居者(一人)
4. 回答者ではない同居者(複数)

8

あなたの家では、食品・食材をどのような方法で入手していますか？ 1週間の入手量を10としたときの、以下のそれぞれの入手方法について、おおよその購入量の割合を記入してください。また、それぞれの入手方法について、おおよその1週間あたりの購入回数を記入してください。

入手方法	購入量の割合	1週間あたりの購入回数
コンビニエンスストアで購入	割	回/週
スーパー・八百屋・肉屋等の店頭で購入	割	回/週
生協などの定期的な配達・宅配で購入	割	回/週
ネットスーパーなどの配達で購入	割	回/週
その他(自ら生産する、もらうなど)	割	回/週
	合計 10割	—

9

あなたの家では1回の買い物で何日分の食品を購入していますか？最もあてはまるものひとつに○をつけてください。

1. 1週間以上 2. おおよそ1週間分 3. 4～5日分 4. 2～3日分
5. 1日分 6. 決めていない(その時によって変わる)

10

あなたの家の食品の買い物行動について、下記のうちあてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 「念のため」と思って食品を多めに買うことが多い
2. できるだけ必要最低限・少なめに買うことが多い
3. 仕事等の外出帰りに買い物することが多い
4. 家から買い物に行くことが多い
5. 買うものを決めてから買い物に行くことが多い
6. 買い物をしながら献立を考えることが多い
7. 家にある食品と同じものを、うっかり買ってきしまう
8. 賞味・消費期限が長いものを棚の奥から選んで買うことが多い
9. 少量で足りる場合でも、まとめ売りのほうが安ければまとめ売りを買うことが多い
10. 少し割高でも、ばら売り・少量パックを買うことが多い
11. セール品や閉店前の値引き商品(肉、魚、惣菜など)をよく買う
12. よく使う食品・食材は、いつでも使えるように家に常備している
13. 「数量限定」「期間限定」の食品をつい買ってしまう
14. どれにも当てはまらない

11

あなたの家で実践している食品の保存方法すべてに○をつけてください。

1. 野菜は紙で包んでポリ袋に入れている
2. 野菜は保存の向きを工夫している(へたを上にする等)
3. すぐに使わない食材は早めに冷凍している
4. 傷みやすい食材は早めに下処理・調理してから保存している
5. 食べ残しは冷凍保存している
6. チルドルーム等の冷蔵庫の機能を活用している
7. その他→(具体的に)
8. 特に工夫していない(購入時の包装のまま保存)

12

あなたの家では、定期的に冷蔵庫や食品の保管場所の整理を行っていますか？

1. 行っている
→当てはまる頻度にひとつ○をつけてください
a. 1週間に1回程度 b. 2週間に1回程度 c. 1か月に1回程度 d. 3か月に1回程度
2. ほとんど行っていない

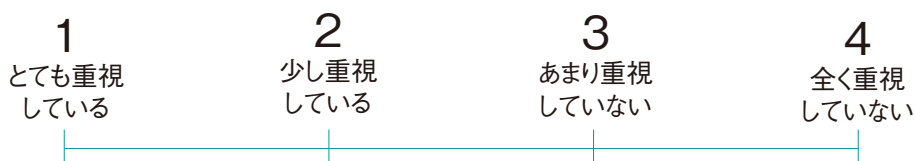
13

あなたの家では、1か月分の食費を把握していますか？

1. 家計簿等できっちり把握している →【 】円
2. だいたい把握している →【 】円
3. ほとんど把握していない

14

あなたは生鮮食品を購入するときに、以下のことをどのくらい重視していますか？



として、あてはまる数字を記入してください。

- | | |
|---------------------|------------|
| 1. 鮮度 | 【 】 |
| 2. 価格 | 【 】 |
| 3. 産地(国内産、地場産等) | 【 】 |
| 4. 安全性(低農薬栽培、有機栽培等) | 【 】 |
| 5. 量(適量である等) | 【 】 |
| 6. 見た目(形・色づき・つや) | 【 】 |
| 7. 手間の少なさ(カット野菜等) | 【 】 |

この食品ロス・ダイアリーの構成

- この調査では、1週間単位で家庭からでる食品ロスの量と、その食品ロスが発生した原因の調査を目的としていますので、1週間単位で調査票に記入をお願いします。
- 1週間分の記録は、A票(1ページ、2ページ)、B票(3ページ)、C票(4ページ)で1セットです。
- 5週目が終わったら事後アンケートにご回答ください。

1週目 10/1(火) ↓ 10/7(月)	A票 1ページ	A票 2ページ	B票 3ページ	C票 4ページ
2週目 10/8(火) ↓ 10/14(祝)	A票 1ページ	A票 2ページ	B票 3ページ	C票 4ページ
3週目 10/15(火) ↓ 10/21(月)	A票 1ページ	A票 2ページ	B票 3ページ	C票 4ページ
4週目 10/22(祝) ↓ 10/28(月)	A票 1ページ	A票 2ページ	B票 3ページ	C票 4ページ
5週目 10/29(火) ↓ 11/4(振休・月)	A票 1ページ	A票 2ページ	B票 3ページ	C票 4ページ

この調査での「食品ロス」の考え方

- 買った・つくった・もらった食品・飲料(以下、「食品」と言います。)のうち、自宅で「手つかず食品」と「食べ残し」として捨てた食品を「食品ロス」として記入してください。
- 家庭で捨てたものが記入の対象です。外食時に食べ残したものや、職場・外出先で捨てたものは記入不要です。
- 調理したときに取り除いた食べられない部分は「調理くず」として「食品ロス」には含めず記入しません。

手つかず食品



未使用のまま捨てた食品・飲料

- ・消費期限・賞味期限が切れてしまった加工食品・肉・調味料・飲料等
- ・傷んでしまった野菜や魚等

▶ **A** 票に記入

食べ残し

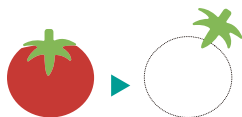


自宅で食事に用意したが食べきれずに捨てた食品・飲料

- ・調理した食事の食べ残し・飲み残し
- ・購入した総菜・弁当の食べ残し

▶ **B** 票に記入

調理くず



調理時に取り除いた食べられない部分

- ・皮、へた、種
- ・白菜やキャベツなどの外葉

▶ 記入しません

食品ロス・ダイアリーの記入方法

- 各週の期間中に、捨てた食品をA票、B票に記入します。

未使用で捨てた食品はA票に、食べ残しがあった場合はB票に記入してください。食品をお皿に盛って食卓に出すなど、食事として調理・提供した後に捨てた場合は「食べ残し」として記録します。

例えば、6枚入りの食パンを買ってきて、5枚は食べたが、1枚はカビが生えたので捨てた場合は、1枚分を「手つかず食品」としてA票に記入します。トーストして食べ残した場合は、「食べ残し」としてB票に記入します。



- 各週の期間中に、未使用のまま捨てた食品、**食べ残しかなかった場合は**、A票、B票ともそれぞれのチェックボックスに**チェックを入れるだけで**、記入は終了ですが、C票のアンケートは1週間の終わりに必ず回答してください。

チェックボックス

A票 1ページ

A票 2ページ

B票 3ページ

C票 4ページ

- 「手つかず食品」「食べ残し」に記入する場合の捨てた量は、「重さ」や「個数」で記入してください。重さは、目分量でかまいません。

重さの目安



FAQ

よくある質問

Q 野菜の皮を厚くむいて捨ててしまった場合は記入しなくてよいですか？

A 「皮」や「種」など食べられない部分（「調理くず」といいます）はこの調査では記入しません。大根やにんじんなど皮まで食べられる野菜でも、調理して皮をむいた部分は記入しなくても結構ですが、皮ごと食べることで「生ごみ」を減らすことができます。

Q 飲み物も記録しますか？

A できるだけ記入をお願いします。

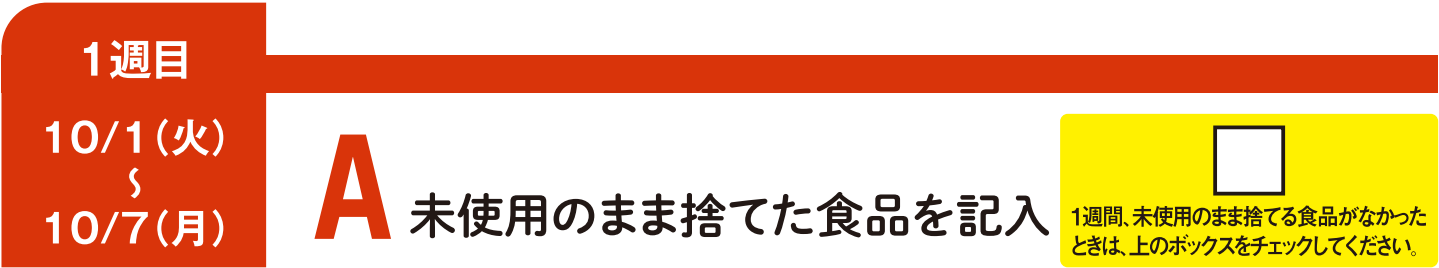
Q 調査した結果はどうなるの？

A 皆様から提出いただいた調査票を集計して、今後の仙台市の食品ロス削減の取り組みに活用させていただきます。なお、提出いただいた調査票は返却いたしませんので、あらかじめご了承ください。

1週目	
10/1(火) ↓ 10/7(月)	A 未使用のまま捨てた食品を記入 1週間、未使用のまま捨てる食品がなかったときは、上のボックスをチェックしてください。

1週目	
10/1(火) ↓ 10/7(月)	A 未使用のまま捨てた食品を記入 ☐

1週目	
10/1(火) ↓ 10/7(月)	A 未使用のまま捨てた食品を記入 ☐



1週目	
10/1(火) ↓ 10/7(月)	A 未使用のまま捨てた食品を記入 ☐

[illegible]



	その食日が	
--	-------	--

[illegible]

10/1(火)
～
10/7(月)



1週間、食べ残しがなかったときは、
上のボックスをチェックしてください。

12

1週目

10/1(火)

↓

10/7(月)

C 1週間の終わりに記入

1

今週、『手つかずのまま捨てた食品』と『食べ残し』のどちらも発生しなかった方は、その理由としてあてはあるものに○をつけてください(複数選択可)。それ以外の方は、2以降から回答してください。

1. ほとんど家で食事をしなかったから
2. ほとんど食品を購入・入手しなかったから
3. 旅行・外出等で家を空けることが多かったから
4. 食品ロスが発生しないように工夫をしたから
→(具体的に)
5. わからない

2

あなたは今週、どのくらい家で食事をしましたか? 朝・昼・晩についてあてはまるものに○をつけてください。

- 朝 [1. ほぼ毎日 2. 半分くらい 3. ほとんどしていない]
- 昼 [1. ほぼ毎日 2. 半分くらい 3. ほとんどしていない]
- 晩 [1. ほぼ毎日 2. 半分くらい 3. ほとんどしていない]

3

今週、あなたの家では、何回ご飯を炊きましたか? あなたや家族の誰かが炊いた回数も含めてお答えください。また、今週炊いたお米の量について、おおよその数値で構いませんので記入してください。

ご飯を炊いた回数 ⇒1週間で()回、 1回あたり、平均()合

4

今週、あなたや家族の誰かが、家で食事するはずだったのに、予定が変わり食事をしなかったことがありましたか? あてはまるものに○をつけてください。(単身世帯の方は、ご自身についてのみ回答してください)

- あなた 1. 何度もあった(5回以上) 2. 少しあった(2~4回) 3. ほとんどなかった(0~1回)
- 家族 1. 何度もあった(5回以上) 2. 少しあった(2~4回) 3. ほとんどなかった(0~1回)

5

あなたは今週、見切り品・値引きシール付きの食品を買いましたか?

1. はい ⇒おおよその購入数()個 2. いいえ

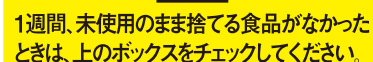
6

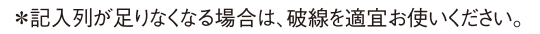
あなたの家で、今週捨てる食品の量に影響する特別な出来事がありましたか?

1. なかった
2. あった ⇒あった場合は内容を記入してください。
 - a. 冷蔵庫の整理整頓をした(曜日を記載: 曜日)
 - b. パーティ・宴会を開いた
 - c. 予定していなかった外出が入った(例: 急な出張・外出)
 - d. その他(具体的に記載してください)

10/8(火)
S
10/14(祝)

A 未使用のまま捨てた食品を記入

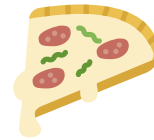
14

[illegible]

2週目

10/8(火)
S
10/14(祝)

B 食べ残した食品を記入



1週間、食べ残しがなかったときは、
上のボックスをチェックしてください。

[illegible]

2週目

10/8(火)

↓

10/14(祝)

C 1週間の終わりに記入

1

今週、『手つかずのまま捨てた食品』と『食べ残し』のどちらも発生しなかった方は、その理由としてあてはあるものに○をつけてください(複数選択可)。それ以外の方は、2以降から回答してください。

1. ほとんど家で食事をしなかったから
2. ほとんど食品を購入・入手しなかったから
3. 旅行・外出等で家を空けることが多かったから
4. 食品ロスが発生しないように工夫をしたから
→(具体的に)
5. わからない

2

あなたは今週、どのくらい家で食事をしましたか? 朝・昼・晩についてあてはまるものに○をつけてください。

- 朝 [1.ほぼ毎日 2.半分くらい 3.ほとんどしていない]
- 昼 [1.ほぼ毎日 2.半分くらい 3.ほとんどしていない]
- 晩 [1.ほぼ毎日 2.半分くらい 3.ほとんどしていない]

3

今週、あなたの家では、何回ご飯を炊きましたか?あなたや家族の誰かが炊いた回数も含めてお答えください。また、今週炊いたお米の量について、おおよその数値で構いませんので記入してください。

ご飯を炊いた回数 ⇒1週間で()回、 1回あたり、平均()合

4

今週、あなたや家族の誰かが、家で食事するはずだったのに、予定が変わり食事をしなかったことがありましたか?あてはまるものに○をつけてください。(単身世帯の方は、ご自身についてのみ回答してください)

- あなた 1.何度もあった(5回以上) 2.少しあった(2～4回) 3.ほとんどなかった(0～1回)
- 家族 1.何度もあった(5回以上) 2.少しあった(2～4回) 3.ほとんどなかった(0～1回)

5

あなたは今週、見切り品・値引きシール付きの食品を買いましたか?

1. はい ⇒おおよその購入数()個 2. いいえ

6

あなたの家で、今週捨てる食品の量に影響する特別な出来事がありましたか?

1. なかった
2. あった ⇒あった場合は内容を記入してください。
 - a. 冷蔵庫の整理整頓をした(曜日を記載: 曜日)
 - b. パーティ・宴会を開いた
 - c. 予定していなかった外出が入った(例: 急な出張・外出)
 - d. その他(具体的に記載してください)

10/15(火)
S
10/21(月)

A 未使用のまま捨てた食品を記入



1週間、未使用のまま捨てる食品がなかったときは、上のボックスをチェックしてください。

18



*記入列が足りなくなる場合は、破線を適宜お使いください。

[illegible]

10/15(火)
S
10/21(月)



1週間、食べ残しがなかったときは、
上のボックスをチェックしてください。

[illegible]

3週目

10/15(火)
↓
10/21(月)

C 1週間の終わりに記入

1

今週、『手つかずのまま捨てた食品』と『食べ残し』のどちらも発生しなかった方は、その理由としてあてはあるものに○をつけてください(複数選択可)。それ以外の方は、2以降から回答してください。

1. ほとんど家で食事をしなかったから
2. ほとんど食品を購入・入手しなかったから
3. 旅行・外出等で家を空けることが多かったから
4. 食品ロスが発生しないように工夫をしたから
→(具体的に)
5. わからない

2

あなたは今週、どのくらい家で食事をしましたか? 朝・昼・晩についてあてはまるものに○をつけてください。

- 朝 [1.ほぼ毎日 2.半分くらい 3.ほとんどしていない]
- 昼 [1.ほぼ毎日 2.半分くらい 3.ほとんどしていない]
- 晩 [1.ほぼ毎日 2.半分くらい 3.ほとんどしていない]

3

今週、あなたの家では、何回ご飯を炊きましたか?あなたや家族の誰かが炊いた回数も含めてお答えください。また、今週炊いたお米の量について、おおよその数値で構いませんので記入してください。

ご飯を炊いた回数 ⇒1週間で()回、 1回あたり、平均()合

4

今週、あなたや家族の誰かが、家で食事するはずだったのに、予定が変わり食事をしなかったことがありましたか?あてはまるものに○をつけてください。(単身世帯の方は、ご自身についてのみ回答してください)

- あなた 1.何度もあった(5回以上) 2.少しあった(2〜4回) 3.ほとんどなかった(0〜1回)
- 家族 1.何度もあった(5回以上) 2.少しあった(2〜4回) 3.ほとんどなかった(0〜1回)

5

あなたは今週、見切り品・値引きシール付きの食品を買いましたか?

1. はい ⇒おおよその購入数()個 2. いいえ

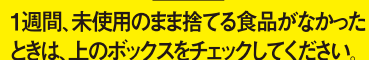
6

あなたの家で、今週捨てる食品の量に影響する特別な出来事がありましたか?

- 1.なかった 2.あった ⇒あった場合は内容を記入してください。
 - a.冷蔵庫の整理整頓をした(曜日を記載: 曜日)
 - b.パーティ・宴会を開いた
 - c.予定していなかった外出が入った(例:急な出張・外出)
 - d.その他(具体的に記載してください)

10/22(祝)
、
10/28(月)

A 未使用のまま捨てた食品を記入

22



*記入列が足りなくなる場合は、破線を適宜お使いください。

[illegible]

10/22(祝)
、
10/28(月)



1週間、食べ残しがなかったときは、
上のボックスをチェックしてください。

24

4週目

10/22(祝)
↓
10/28(月)

C 1週間の終わりに記入

1

今週、『手つかずのまま捨てた食品』と『食べ残し』のどちらも発生しなかった方は、その理由としてあてはあるものに○をつけてください(複数選択可)。それ以外の方は、2以降から回答してください。

1. ほとんど家で食事をしなかったから
2. ほとんど食品を購入・入手しなかったから
3. 旅行・外出等で家を空けることが多かったから
4. 食品ロスが発生しないように工夫をしたから
→(具体的に)
5. わからない

2

あなたは今週、どのくらい家で食事をしましたか? 朝・昼・晩についてあてはまるものに○をつけてください。

- 朝 [1.ほぼ毎日 2.半分くらい 3.ほとんどしていない]
- 昼 [1.ほぼ毎日 2.半分くらい 3.ほとんどしていない]
- 晩 [1.ほぼ毎日 2.半分くらい 3.ほとんどしていない]

3

今週、あなたの家では、何回ご飯を炊きましたか?あなたや家族の誰かが炊いた回数も含めてお答えください。また、今週炊いたお米の量について、おおよその数値で構いませんので記入してください。

ご飯を炊いた回数 ⇒1週間で()回、 1回あたり、平均()合

4

今週、あなたや家族の誰かが、家で食事するはずだったのに、予定が変わり食事をしなかったことがありましたか?あてはまるものに○をつけてください。(単身世帯の方は、ご自身についてのみ回答してください)

- あなた 1.何度もあった(5回以上) 2.少しあった(2～4回) 3.ほとんどなかった(0～1回)
- 家族 1.何度もあった(5回以上) 2.少しあった(2～4回) 3.ほとんどなかった(0～1回)

5

あなたは今週、見切り品・値引きシール付きの食品を買いましたか?

1. はい ⇒おおよその購入数()個 2. いいえ

6

あなたの家で、今週捨てる食品の量に影響する特別な出来事がありましたか?

- 1.なかった 2.あった ⇒あった場合は内容を記入してください。
- a.冷蔵庫の整理整頓をした(曜日を記載: 曜日)
- b.パーティ・宴会を開いた
- c.予定していなかった外出が入った(例:急な出張・外出)
- d.その他(具体的に記載してください)



1週間、未使用のまま捨てる食品がなかったときは、上のボックスをチェックしてください。

[illegible]



*記入列が足りなくなる場合は、破線を適宜お使いください。

[illegible]

B



1週間、食べ残しがなかったときは、
上のボックスをチェックしてください。

28

5週目

10/29(火)
↓
11/4(振休・月)

C 1週間の終わりに記入

1

今週、『手つかずのまま捨てた食品』と『食べ残し』のどちらも発生しなかった方は、その理由としてあてはあるものに○をつけてください(複数選択可)。それ以外の方は、2以降から回答してください。

1. ほとんど家で食事をしなかったから
2. ほとんど食品を購入・入手しなかったから
3. 旅行・外出等で家を空けることが多かったから
4. 食品ロスが発生しないように工夫をしたから
→(具体的に)
5. わからない

2

あなたは今週、どのくらい家で食事をしましたか? 朝・昼・晩についてあてはまるものに○をつけてください。

朝 [1.ほぼ毎日 2.半分くらい 3.ほとんどしていない]

昼 [1.ほぼ毎日 2.半分くらい 3.ほとんどしていない]

晩 [1.ほぼ毎日 2.半分くらい 3.ほとんどしていない]

3

今週、あなたの家では、何回ご飯を炊きましたか?あなたや家族の誰かが炊いた回数も含めてお答えください。また、今週炊いたお米の量について、おおよその数値で構いませんので記入してください。

ご飯を炊いた回数 ⇒1週間で()回、 1回あたり、平均()合

4

今週、あなたや家族の誰かが、家で食事するはずだったのに、予定が変わり食事をしなかったことがありましたか?あてはまるものに○をつけてください。(単身世帯の方は、ご自身についてのみ回答してください)

あなた 1.何度もあった(5回以上) 2.少しあった(2～4回) 3.ほとんどなかった(0～1回)

家族 1.何度もあった(5回以上) 2.少しあった(2～4回) 3.ほとんどなかった(0～1回)

5

あなたは今週、見切り品・値引きシール付きの食品を買いましたか?

1. はい ⇒おおよその購入数()個 2. いいえ

6

あなたの家で、今週捨てる食品の量に影響する特別な出来事がありましたか?

1.なかった 2.あった ⇒あった場合は内容を記入してください。

a.冷蔵庫の整理整頓をした(曜日を記載: 曜日)

b.パーティ・宴会を開いた

c.予定していなかった外出が入った(例:急な出張・外出)

d.その他(具体的に記載してください))

○ 事後アンケート

1

あなたがこの調査期間中に未使用のまま捨てた食品や食べ残した食品の量は、いつもと比べて少なかったですか、あるいは多かったですか?あてはまるものひとつに○をつけてください。

1. いつもより少ない
2. いつもと変わらない
3. いつもより多い

2

あなたは調査の開始に合わせて、事前に冷蔵庫等の整理・掃除をして食品を廃棄しましたか?

1. 廃棄した
2. 廃棄していない

3

あなたは、食品ロスダイアリーに参加して、食品ロスを減らそうという意識が高まりましたか?

1. 高まった
2. 変わらない
3. 低くなった

4

あなたの家では1回の買い物で何日分の食品を購入していますか?最もあてはまるものひとつに○をつけてください。

1. 1週間以上
2. おおよそ1週間分
3. 4～5日分
4. 2～3日分
5. 1日分
6. 決めていない(その時によって変わる)

5

あなたの家の食品の買い物行動について、下記のうちあてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 「念のため」と思って食品を多めに買うことが多い
2. できるだけ必要最低限・少なめに買うことが多い
3. 仕事等の外出帰りに買い物することが多い
4. 家から買い物に行くことが多い
5. 買うものを決めてから買い物に行くことが多い
6. 買い物をしながら献立を考えることが多い
7. 家にある食品と同じものを、うっかり買ってきしまう
8. 賞味・消費期限が長いものを棚の奥から選んで買うことが多い
9. 少量で足りる場合でも、まとめ売りのほうが安ければまとめ売りを買うことが多い
10. 少し割高でも、ばら売り・少量パックを買うことが多い
11. セール品や閉店前の値引き商品(肉、魚、惣菜など)をよく買う
12. よく使う食品・食材は、いつでも使えるように家に常備している
13. 「数量限定」「期間限定」の食品をつい買ってしまう
14. どれにも当てはまらない

6

あなたの家で実践している食品の保存方法すべてに○をつけてください。

1. 野菜は紙で包んでポリ袋に入れている
2. 野菜は保存の向きを工夫している(へたを上にする等)
3. すぐに使わない食材は早めに冷凍している
4. 傷みやすい食材は早めに下処理してから保存している
5. 食べ残しは冷凍保存している
6. チルドルーム等の冷蔵庫の機能を活用している
7. その他→(具体的に)
8. 特に工夫していない(購入時の包装のまま保存)

7

あなたが調査期間中に食品ロス削減のために新たに取り組んだことすべてに○をつけてください。(調査前から取り組んでいることには○をつけないでください)

1. 食品の購入・入手量や買い物の回数を減らした
2. 買い物前にリストをつくるようにした
3. 冷蔵庫等の整理整頓を心がけた
4. 家にある食材・食品から食べることを心がけた
5. 食品が長持ちするように保存方法を工夫した
6. その他→(具体的に)

8

あなたは調査期間中に捨てた食品について、その食品を買うために支払ったお金に置き換えてもったいないと思いましたか?

1. 支払ったお金に置き換えてもったいないと思った
2. 支払ったお金に置き換えたがもったいないとはあまり思わなかった
3. 支払ったお金に置き換えなかった

冷蔵庫管理の講習会または料理教室に出席された方は
P32に進んでください。

→ P32

参加しなかった方は
P36に進んでください。

→ P36

以下は、冷蔵庫管理の講習会または料理教室に出席された方のみご回答をお願いします。

①あなたが出席した講習会・料理教室および出席日について、あてはまるものにひとつ○をつけてください。

1. 冷蔵庫収納・食品保存の講座 [出席日 a. 10/18(金) b. 10/20(日)]
2. 少人数調理の講座(調理実習)[出席日 a. 10/15(火) b. 10/17(木) 午前・午後 c. 10/19(土)]

②あなたが出席した講習会・料理教室について、印象に残っている内容を教えてください。(複数選択可)

【a. 冷蔵庫収納・食品保存の講座に出席した方(ホワイトボードを受け取った方)】

1. 冷蔵庫内の食材の配置に関すること
2. 食品を長持ちさせる工夫に関すること
3. 冷蔵庫内の整理整頓に関すること
4. 食品の在庫状況の見える化に関すること
5. 特にない・忘れた

【b. 少人数調理の講座(調理実習)に出席した方(鍋を受け取った方)】

1. 計量に関すること
2. 調理器具の大きさに関すること
3. 食べ残しを少なくするための工夫に関すること
4. 家族の人数に適した量に関すること
5. 特にない・忘れた

③啓発資材(ホワイトボード又は鍋のいずれか)を何回程度使用しましたか。あてはまるもののひとつに○をつけてください。

1. 1日1回以上
2. 2～3日に1回
3. 4～5日に1回
4. 1週間に1回
5. 受け取ったあと、1度だけ使用した
6. 一度も使用しなかった

⇒上記で6を選んだ方は、一度も使用しなかった理由を教えてください。

(具体的に記載してください:)

【a. ホワイトボードを受け取った方】

1. 自宅の冷蔵庫に貼るスペースがなかった
2. 壊れた・失くした
3. 使い方が分からなくなった
4. その他(具体的に記載してください:)

【b.鍋を受け取った方】

1. 期間中、調理を行わなかった
2. 壊れた・失くした
3. 使い方が分からなくなった
4. その他(具体的に記載してください:

)

④ 啓発資材(ホワイトボード又は鍋のいずれか)について、引き続き食品ロスダイアリーの調査終了後も使用したいと
思いますか。最もあてはまるものひとつに○をつけてください。

1. ぜひ使いたい
2. まあ使いたい
3. わからない
4. あまり使いたくない
5. 全く使いたくない

⑤ 引き続き、仙台市民の皆様に講座や調理実習を行う場合、どのような講座を受けてみたいですか。学んでみたい内
容など、自由に記載してください。

(

)

冷蔵庫収納・食品保存の講座に出席した方(ホワイトボードを受け取った方)は
P34に進んでください。

➔ P34

少人数調理の講座(調理実習)に出席した方(鍋を受け取った方)は
P35に進んでください。

➔ P35

以下は、冷蔵庫収納・食品保存の講座に出席した方(ホワイトボードを受け取った方)のみ回答してください。

① 講座の出席後、手つかず食品を減らすために行ったことはありますか。常日頃から行っている場合は、選択しないでください。(複数選択可)

1. 自宅の食品の在庫を確認してから買物に行くようになった
2. 食品の保存場所を変えた
3. 冷蔵庫の整理整頓を行った
4. 鮮度が長持ちする保存容器・袋を購入した
5. 食品を賞味期限順に並べるようになった
6. 一度に購入する食品の量を減らした
7. 講座や啓発資材について家族に話した
8. その他(具体的に記載してください:)

② ホワイトボードを使用することによって、どのような効果を感じましたか。あてはまるもの全てに○を付けてください。

1. どこに食材があるかわかりやすくなった
2. 冷蔵庫の中身が見やすくなった
3. 食品を腐らせることが減った
4. 無駄な買い物が減った
5. 家族で食品ロスについて話すことができた
6. その他(具体的に記載してください:)

③ ホワイトボードを使用して、感じた課題はありますか。当てはまるもの全てに○をつけてください。

1. 手間がかかった
2. 貼る場所を確保するのが大変だった
3. 使い方が難しかった
4. 特にない
5. その他(具体的に記載してください:)

記入が終わりましたら
P36へ進んでください

➔ P36

以下は、少人数調理の講座(調理実習)に出席した方(鍋を受け取った方)のみ回答してください。

① 講座の出席後、食べ残しを減らすために行ったことはありますか。常日頃から行っている場合は、選択しないでください。(複数選択可)

1. 他の調理器具の大きさも見直した
2. 1回で食べられる量を作るようになった
3. 調理時に計量を行うようになった
4. 毎日の食事を計画的に考えるようになった
5. 一度に購入する食品の量を減らした
6. 講座の内容や啓発資材について家族に話した
7. その他(具体的に記載してください:)

② 啓発資材(鍋)の使用や計量によって、どのような効果を感じましたか。当てはまるもの全てに○を付けてください。

1. 食べ残す量や回数が減った
2. 適量を食べるようになった
3. 無駄な買い物が減った
4. 自身・家族の食事の適量を知ることができた
5. 家族で食品ロスについて話すことができた
6. その他(具体的に記載してください:)

③ 啓発資材(鍋)を使用してみて、感じた課題はありますか。当てはまるもの全てに○をつけてください。

1. 使い慣れるまで時間がかかった
2. 作れるものが限られてしまう
3. 使い方が難しかった
4. 特にない
5. その他(具体的に記載してください:)

記入が終わりましたら
P36へ進んでください

➔ P36

この「食品ロス・ダイアリー」を記入した感想を自由にご記入ください。

*気づいたこと、こうすれば減らせると思ったこと 等

ご回答者のお名前、連絡先をご記入ください。(ご記入内容の確認、謝礼の送付に使用致します。)

お名前:

ご住所: 〒

電話:

同様のダイアリー調査や啓発のための講座・調理教室等を開催する場合、ご案内をお送りさせて頂いてもよろしいでしょうか。〔お受け取り可能な場合は右にチェックを入れてください。→ ☐ 〕

記入が終わりました調査票は、返信用封筒(切手不要)に入れて **令和元年11月7日(木)** までに郵便ポストに投函いただくようお願いします。

調査票をお送りいただいた方に、謝礼として1,500円分のQUO(クオ)カードを送らせていただきます(令和元年12月上旬頃送付予定)。

本調査書に記載いただいた個人情報は、調査票の記入内容についての確認及び謝礼を送付する際に使用させていただくもので、仙台市から食品ロス調査業務を委託している 三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社において、仙台市の個人情報保護の取り扱いに基づいて処理・集計を行います。本調査業務の目的以外には利用いたしません。