食品関連事業者のみなさまへ

～食品ロスを削減しよう～



新宿区



はじめに

日本の食品ロス量は、約 464 万トン（令和 5 年度）です。新宿区では、食品ロスの 8 割以上が事業者から排出されています。食品ロスは、食べ物を無駄にするだけでなく環境への影響もあります。
食品ロスを削減するためには、事業者、消費者、行政が連携し、それぞれの立場で行動に移すことが大切です。

目　次

食品ロスを知ろう

食品ロスとは ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P1
国内の食品ロスの現況 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P1
新宿区の食品ロスの実態 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P1

食品ロス削減を実践しよう

事業者別食品ロスの要因と対策一覧 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P2
農業・水産業者の食品ロス削減対策 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P3
食品製造業者、卸売業者の食品ロス削減対策 ・・・・・・・・・・・・・・・・・ P3
小売事業者の食品ロス削減対策 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P4
COLUMN 01 株式会社イオンフードスタイルの先進的取組 ・・・・・・・・・・・・ P5
外食事業者、宿泊事業者の食品ロス削減対策 ・・・・・・・・・・・・・・・・・ P6
COLUMN 02 人と食をつなげるダイニングバー Linio へのインタビュー ・・・・ P7
フードバンク・フードドライブ等の活用 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P8
COLUMN 03 官民連携によるフードドライブの推進 ・・・・・・・・・・・・・・・ P8
食品リサイクル ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P8
COLUMN 04 生ごみの 8 割は水分!?　水切りでごみを減らそう！　・・・・・・ P9
新宿区 3 R 推進協議会について ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P9
関係省庁のホームページ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P9



食品ロスを知ろう

食品ロスとは



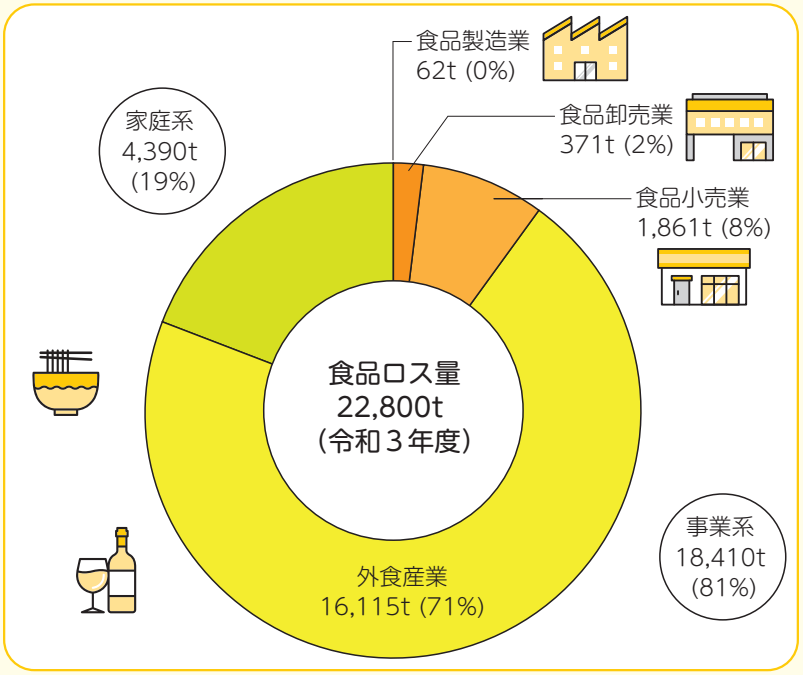
「食品ロス」とは、食べ残しや売れ残りなど様々な理由により、まだ食べられるにもかかわらず捨てられてしまう食品のことです。

国内の食品ロスの現況

国内における食品ロスは年間約 464 万トン※1（令和 5 年度）発生しており、国民 1 人当たり毎日おにぎり 1 個分（102g）を捨てている計算になります。※2

※ 1　農林水産省及び環境省「令和 5 年度推計」
※ 2　消費者庁「食品ロスについて知る・学ぶ」

新宿区の食品ロスの実態



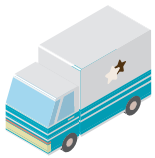
出典：新宿区一般廃棄物処理基本計画 (改定)

区内における食品ロスは年間約 22,800 トン（令和 3 年度）と推計されます。特徴としては事業系の割合が 8 割以上であり、国や都よりも高くなっています。事業系食品ロスに占める外食産業の割合が、7 割以上であることも特徴の一つです。このことから、食品ロス削減には食品関連事業者の協力が不可欠です。また、食品ロス削減に取り組むことは、廃棄コストの削減や企業のイメージアップなどにも繋がります。

食品ロス削減を実践しよう

事業者別食品ロスの要因と対策一覧

生産から消費までの各段階において、様々な要因で食品ロスが発生しています。
食品ロスの要因を知ることで、対策を講じることができ、食品ロスの削減になります。

事業者	食品の流れ	食品ロスの要因	対策①発生抑制	対策②活用
農業・水産業者 P.3 	＜生産＞ 野菜、果物等を育てたり、魚介類を取ったりして出荷	・取れすぎ ・形が悪い（規格外）	・新たな価値への転換	フードバンク・フードドライブ等の活用／食品リサイクル
食品製造業者 P.3 	＜製造＞ 出荷された食材を加工、包装して出荷	・需要を上回る製造 ・包装の印字ミスや破損	・食品ロスにしない製造・工夫 ・商習慣の見直し	
卸売業者 P.3 	＜配送＞ 生産者や食品製造業者から食品を受け入れ、保存管理し、小売店や飲食店に配送	・売れ残り ・包装の破損	・商習慣の見直し	
小売事業者 P.4 	＜販売＞ 卸売業者等から食品を仕入れ、消費者へ販売	・売れ残り ・包装の破損	・需要に見合った販売等の推進 ・消費者への啓発 ・食品ロス削減協力店 ・フードシェアリングサービス	
外食事業者・宿泊事業者 P.6 	＜提供＞ 卸売業者等から食品を仕入れ、調理して提供	・作り過ぎ ・食べ残し	・食品ロス削減協力店 ・フードシェアリングサービス ・食べきりの工夫、消費者への啓発 ・持ち帰りへの対応	

農業・水産業者の食品ロス削減対策

新たな価値への転換

規格外食材や流通できなかった食材を、新たな価値へ転換し、活用することが大切です。販売の仕方を工夫することで、生産者は生産への意欲を維持し、消費者は品物をお得に購入できるなど双方にメリットがあります。

①生産地の直売所、道の駅などで販売

②インターネットでの販売

例）規格外の果物や野菜等を販売できるプラットフォームを利用する。

③加工食品の原材料として活用

例）表面に傷がついた果物を、ジャムやスムージーに加工して販売する。



食品製造業者、卸売業者の食品ロス削減対策

食品ロスにしない製造、工夫



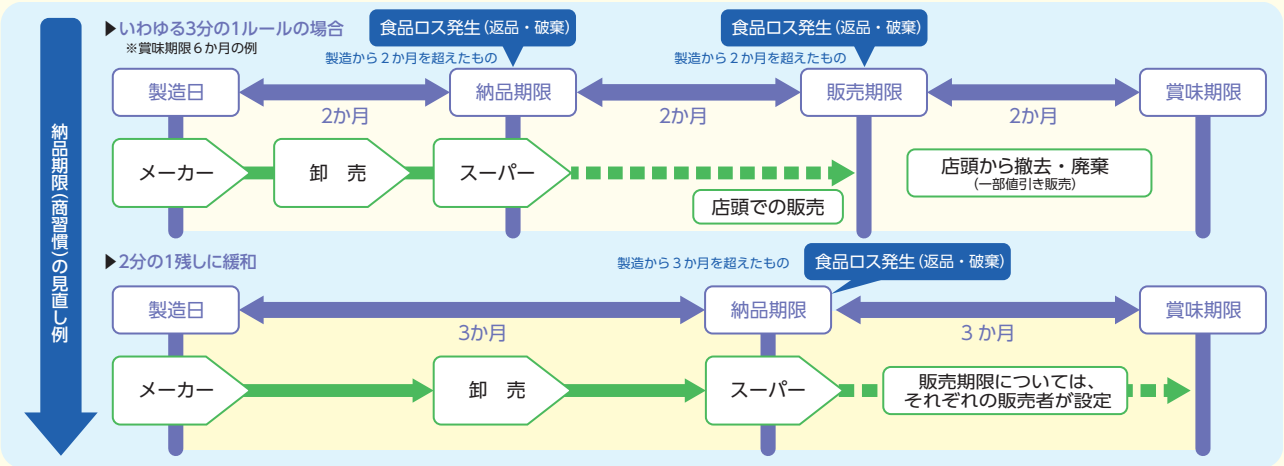
①加工の工夫

例）従来捨てていたブロッコリーの茎を長めに残すことで、廃棄率を 25%まで抑制

②容器包装の工夫

例）調味料ボトルの二重構造化により、開封後の酸化を抑制し鮮度を維持

商習慣の見直し



出典：消費者庁「食品ロス削減ガイドブック」

「3 分の 1 ルール」（※）のような商習慣を見直し、販売店への納品期限や店頭で販売する期限の緩和が進められています。これにより廃棄される食品を減らすことができます。

※ 3 分の 1 ルールとは、製造日から賞味期限までの期間を 3 分割し、メーカー・販売店・消費者で均等に手に渡るようにすること

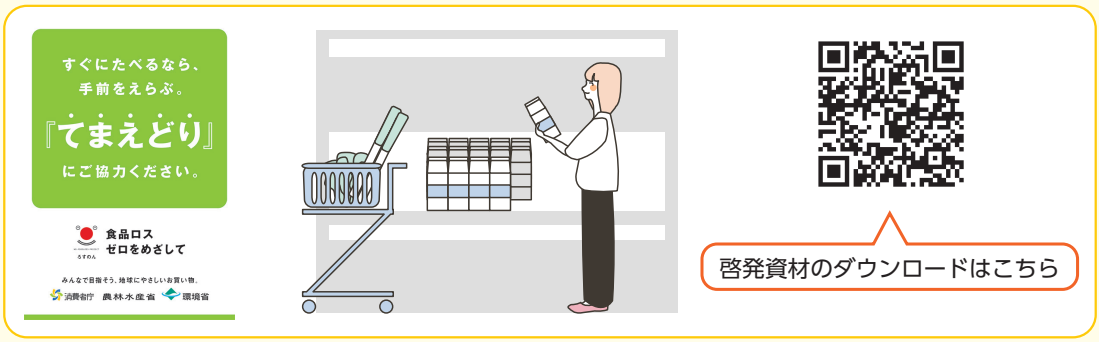
小売事業者の食品ロス削減対策

需要に見合った販売等の推進

①小分け販売やばら売り
②恵方巻などの季節商品の予約販売



消費者への啓発



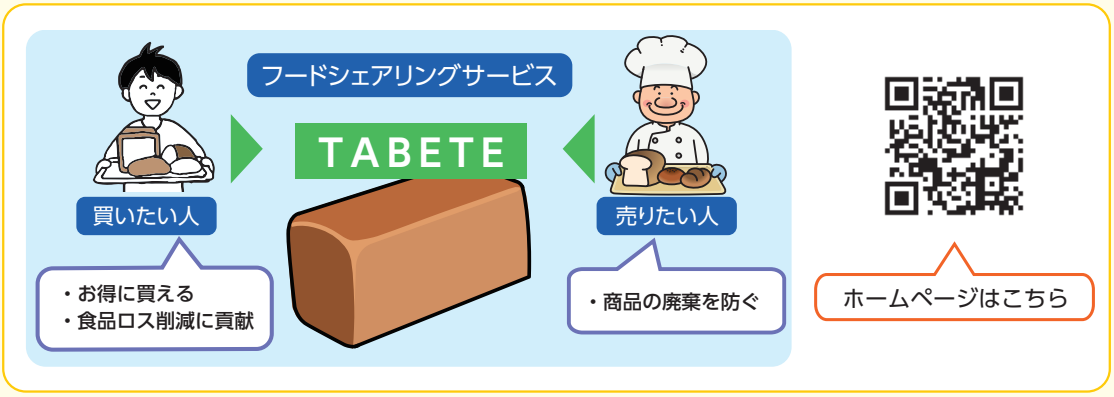
スーパーなどの小売店でのてまえどりのポップの掲示や、食品メーカーでの捨ててしまいがちな食品の使い切りレシピの啓発などが進んでいます。農林水産省等では、てまえどりのための啓発資材を配布しています（申請不要）。

食品ロス削減協力店

→ P.6 参照

フードシェアリングサービス

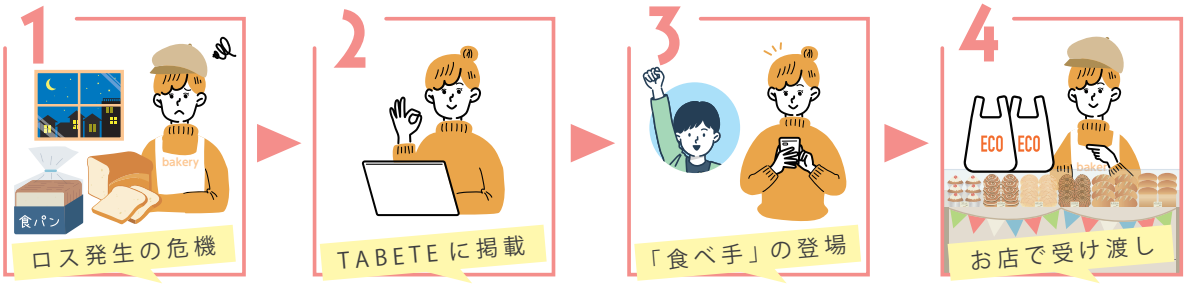
【フードシェアリングサービスの仕組み】



フードシェアリングサービスとは、ロスになりそうな食品を売りたい人と買いたい人をマッチさせる仕組みのことです。ホテルの朝食ビュッフェで余ってしまった料理を活用したお弁当や、少し形は良くないが品質に問題ない菓子の詰め合わせ等の販売も進んでいます。食品ロス削減のために、フードシェアリングサービス「TABETE」の活用にぜひご協力ください。

【TABETE 利用手順】

TABETE のしくみ



1 天候悪化や注文の急なキャンセルによる売り上げ減少、食材の端材、試作品等による食品ロス発生の危機。

2 事業者が食品を「TABETE」に掲載し、消費者にレスキュー（買い物）を依頼する。

3 消費者（食べ手）は「TABETE」から情報を受け取り、「TABETE」内でレスキュー（購入・決済）する。

4 消費者（食べ手）はお店で直接受け取る。年間売り上げの一部は子ども食堂や NPO 団体に寄付される。

※区では、令和 2 年度にフードシェアリングサービス「TABETE」を運営する株式会社コークッキングと食品ロス削減等を推進するための連携協定を締結しています。

COLUMN 01

株式会社イオンフードスタイルの先進的取組

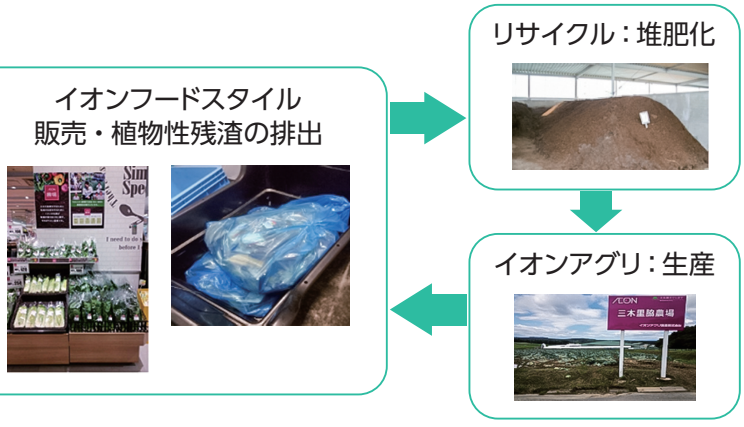
株式会社イオンフードスタイルの取組事例を 2 つ紹介します。



① AI を活用した需要予測型自動発注システムの導入

AI が天候や過去の販売数などの様々な要素から、最適な発注数を判断します。これにより、業務の効率化だけでなく、発注の無駄が減ることで、食品ロス削減に繋がります。

②野菜くずを活用した食品リサイクルループの推進



一部店舗の野菜くずを堆肥化し、その堆肥を使用してイオンアグリ創造（三木農場）で生産された野菜を店舗で販売しています。

※食品リサイクルについて
→ P.8

外食事業者・宿泊事業者の食品ロス削減対策

食品ロス削減協力店

区では、食品ロス削減に積極的に取り組むお店を「新宿区食品ロス削減協力店」として登録し、お店とその取組をホームページや冊子で広報しています。食品ロス削減に関する取組を 1 つでも取り組んでいれば申請できますので、ぜひお申し込みください。



対象事業者：新宿区内の飲食店・食品販売店・ホテル等
登 録 要 件：下記の取組を 1 つ以上実施していること

■食品ロス削減協力店の取組内容

	ハーフサイズや小盛メニューの導入、ごはんや麺の量の調整		食品リサイクルの実施
	ばら売りや量り売り、少量パック等による食料品販売	FOOD BANK	過剰在庫・規格外商品等のフードバンクへの寄付、フードシェアリング等
50% off	賞味・消費期限間近な食料品や閉店時間間際の割引販売	PR	ポスターや卓上ポップ等でのPR、店舗 HP 等での啓発
	持ち帰りを希望するお客様への積極的な対応※	FOOD	その他食品ロスを削減するための取組

※十分に加熱調理を行い、常温で保存が可能な食品であって、店舗が持ち帰り可能と判断した場合に限ります。なお、持ち帰りについては、希望者の自己責任の範囲で行うことになります。

登録するメリット
①区のPRによる認知度アップ
②環境に優しいお店としてイメージアップ
③食品ロス削減に取り組むことで、ごみを廃棄するコストカット
④新宿環境アクションポイントアプリ利用者の来店が期待できる

食品ロス削減協力店申請はこちら

新宿環境アクションポイントの詳細はこちら

COLUMN 02

人と食をつなげるダイニングバー Linio へのインタビュー

新宿区食品ロス削減協力店の１つである「人と食をつなげるダイニングバー　Linio（新宿区市谷台町4-１ニシオハイツ1F)」に取組について伺いました。



▲かぼちゃのワタdeイエローカレー

⑴食品ロス削減協力店登録のきっかけ

以前からフードロスの意識をしていたが、目に見える印が欲しかったため。

⑵食品ロス削減の取組

①種やわたなどの食材であまり使われないような部分も、食べられる部分は無駄なく使用
②メニューにご飯の量や、苦手なものが無いかを記載
③持ち帰りへの対応
④作り置きは基本的にしない。


◀人参のへたやほうれん草のおしりなどを使った野菜スープ

⑶取組の成果

ごみが大幅に減っている。

⑷登録制度について

世の中的にも食べ物を残さないことは、大事なことではないでしょうか。環境に配慮しているお店がもっと表に出てきて欲しいです。

令和４年度目白大学飛田ゼミ 新宿区食品ロス削減協力店調査より

フードシェアリングサービス

→ P. ４参照



食べきりの工夫、消費者への啓発

①小盛ご飯のメニューへの追加
②子供向けの取組
例）食べきった際に表彰状やデザートなどの特典をプレゼントし、子どもたちに食べ残さない楽しさを伝える。
③ 3010 運動の啓発
3010 運動という、宴会などで乾杯後の 30 分、お開き前の 10 分は席を立たずに料理を食べることを呼びかける取組が、全国的に広がっています。忘年会や歓送迎会などの宴会の多い時期に、ポスターやポップで啓発を行うことも有効です。

持ち帰りへの対応

料理はその場で食べきることが前提ですが、どうしても食べきれなかった料理（生ものや傷みやすいものなどは除く）について、利用者の自己責任による持ち帰りを認めることも食品ロス削減に繋がります。容器への移し替えや容器代を利用者にご負担いただくと、店舗でも導入しやすくなります。対応可能な場合は、テーブルステッカーや卓上ポップなどで掲示を行うと周知に効果的です。環境省では、mottECO と称して持ち帰りの周知啓発のためのデータを配布しています。

mottECO

啓発資材のダウンロードはこちら

フードバンク・フードドライブ等の活用

事業者の販売期限切れの食品や、防災用の備蓄食品などを受け入れる取組があります。廃棄する以外の選択肢の一つとして検討することも、食品ロス削減に繋がります。詳しくは次の団体など食品受入の実施団体にお問合せください。

＜食品を提供したい＞

◉特定非営利活動法人セカンドハーベスト・ジャパン
ホームページのフォームよりお問い合わせください。
[トップページ→支援したい方（法人／団体の方）→食品の寄贈]
お電話の場合：03-5822-5375

セカンドハーベスト・ジャパン公式 HP

＜防災用備蓄食品を提供したい＞

◉公益社団法人 日本非常食推進機構
ホームページの問合せフォームよりお問合せください。
電話番号（急ぎの場合）：0598-30-5481

日本非常食推進機構公式 HP

◉新宿区環境清掃部ごみ減量リサイクル課
電話番号：03-5273-3318　FAX：03-5273-4070

区フードドライブ HP

COLUMN 03

官民連携によるフードドライブの推進

区では、令和3年度より民間事業者と連携したフードドライブの受入窓口を開始しました。現在は、10か所の窓口のうち8か所が事業者との連携によるものです（令和8年5月31日時点）。

- **株式会社良品計画との連携窓口**
  無印良品　新宿靖国通り / 無印良品　新宿通り / 無印良品　新宿ペペ /MUJIcom 武蔵野美術大学市ヶ谷キャンパス
- **株式会社イオンフードスタイルとの連携窓口**
  ピーコックストア高田馬場店 / ピーコックストア目白店
  イオンフードスタイル西新宿店 / ダイエー四谷荒木町店



イオンフードスタイル
西新宿店の回収ボックス

食品リサイクル

食品廃棄物は発生抑制が最優先ですが、どうしても発生する残渣などについて飼料等への活用が進んでいます。食品廃棄物のうち、飼料・肥料等の原材料となるなど有用なものを「食品循環資源」といいます。

・食品リサイクルの対象となるものの例

①食品製造業者における加工残渣
②食品卸売業者、小売業者における売れ残り
③外食事業者、宿泊事業者における調理くず、食べ残し

・食品リサイクルの手法の例

①飼料化……加工残渣等を飼料の原材料として使用する。

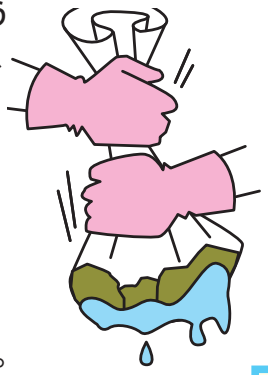
②堆肥化……調理くず等を堆肥の原材料として使用する。コンポストを利用するケースもある。

③熱回収……他の再生利用法が困難である場合に、廃棄物焼却時の熱をエネルギーとして再利用する。

COLUMN 04

生ごみの８割は水分!?　水切りでごみを減らそう！

調理くずなどの生ごみの８割は水分です。しっかり水切りを行うことで、ごみの減量に繋がり、環境への負荷も軽減できます。また、生ごみから出る嫌な匂いや虫の発生予防にもなります。



ポイント①　できるだけ濡らさない
例）食べられない部分を切り落してから洗う。

ポイント②　水分をしっかり切る
例）水切りネットは捨てる前にひと絞りする。

ポイント③　捨てる前に乾かす
例）水分の多い茶がらやコーヒーかすは一晩乾かす。

新宿区３R 推進協議会について

区では、資源循環型社会の構築に向けてごみの発生抑制（Reduce）、再使用（Reuse）、再生利用（Recycle）の３R を効果的に推進するために、平成 20 年に事業者、区民、区を構成員とする新宿区３R 推進協議会を設立しました。毎年秋には、各団体・企業がブース出展する３R 推進キャンペーンイベントを実施しています。

新宿区３R
推進協議会

＜問合せ先＞

◉新宿区環境清掃部ごみ減量リサイクル課　電話番号：03-5273-3318
F　A　X：03-5273-4070

関係省庁のホームページ

◉環境省【食品ロスポータルサイト　事業者向け情報】

◉消費者庁　【民間団体の取組事例】

◉農林水産省　【食品ロス・食品リサイクル】



発行年月　　令和８年６月
編集・発行　新宿区環境清掃部ごみ減量リサイクル課
〒160-8484　新宿区歌舞伎町１－４－１
電話　５２７３－３３１８
FAX　５２７３－４０７０

印刷物作成番号
2026－1―3915

R70
古紙パルプ配合率70％再生紙を使用

