

家庭から出る食品ロスの一つに“手つかずの食品”があります。この手つかずの食品を廃棄した理由のなかには、「消費期限」や「賞味期限」が切れたことが多く挙げられています。それぞれの表示の意味を理解し、食品ロスの削減につなげましょう。

●消費期限と賞味期限の違い

・消費期限…過ぎたら食べないほうがよい期限

未開封で、袋や容器に記載されている保存方法を守って保存していた場合に、記載されている年月日まで「安全に食べられる期限」のことです。お弁当や総菜、ケーキなど、傷みやすい食品に表示されています。

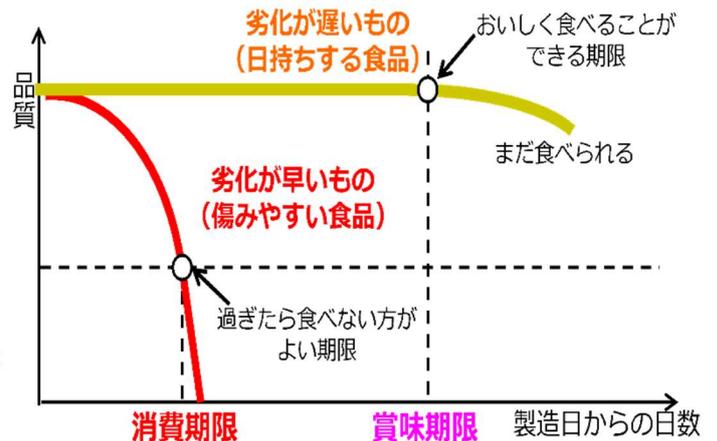
・賞味期限…美味しく食べることができる期限

未開封で、袋や容器に記載されている保存方法を守って保存していた場合に、記載されている年月日（※）まで、

「品質が変わらずに美味しく食べられる期限」のことです。スナック菓子やカップ麺、缶詰、ペットボトル飲料など、消費期限に比べて傷みにくい食品に表示されています。

※作ってから3か月以上保存できるものは「年月」で表示することもあります。

＜消費期限と賞味期限のイメージ＞



出典：消費者庁「食品ロス削減関係参考資料」

* 賞味期限を過ぎてもすぐに食べられなくなる訳ではないため、自分で食べられるかどうかを判断することが大切です。また、消費期限・賞味期限どちらも、未開封の状態での期限を示しています。一度開封したものは、期限に関係なく早めに食べきるようにしましょう。

●賞味期限の延長に関する食品メーカーの取り組み

食品メーカーの取り組みとして、賞味期限を延長する動きが広がっています。製造や包装の技術開発により、従来よりも長い期間の保存が可能となることで、食品ロスを減らす効果が期待されています。

消費期限・賞味期限それぞれの期限表示を正しく理解して、無駄なく食べきるようにしましょう。



★次回は、生ごみの水切りについてお伝えします。