

なつやす じゅうけんきゅう  
**夏休み自由研究ノート**

# フードロスを 減らそう！



ねん 年                      くみ 組

---

なまえ 名前

---

ねん 年            がつ 月            にち 日

---

# 1. 研究のテーマ

テーマにするSDGsの目標

選んだ理由と目標貢献のために取り組むこと

取り組みで貢献できる他のSDGsの目標

## 2. 実験／わが家のフードロス量を記録

### 実験の方法

3日間家庭からでるフードロスの量を測定（実験①）し、フードロスを減らすために取り組むことを決めます。

次の3日間はフードロス対策を意識しながら生活し、同じように3日間のフードロス（実験②）を測定します。

### フードロスとしてはかるもの

- 食べ残しや飲み残し
- 手をつけずに捨てる食べ物や飲み物
- いたんでしまったり、賞味期限がすぎたなどの理由で捨てる食べ物や飲み物

### はからないもの

- 料理の時にでたくず（野菜の切れはしなど）
- めん類などの汁、煮物や漬け物の汁
- 野菜の皮やしん
- ティーバッグやコーヒーのかす
- 魚の骨
- 缶詰のシロップ など

### 用意するもの

- キッチンスケール
- ボウル

### 測定方法

食べ残しや飲み残しを捨てる前にボウルに入れ、重さをはかります。



じっけん  
実験①

わが家のフードロス量を記録

じっけんきかん  
実験期間 ( 月 日 ~ 月 日 )

ひつけ 日付	す 捨てたもの	おも 重さ(g)	す りゆう 捨てた理由

かかん  
3日間のフードロスの合計

g

じっけん  
実験①で気づいたこと、家族で話し合ったこと

フードロスを減らすために取り組むこと

じっけん  
**実験②**

たれさく おこな  
**フードロス対策を行って、もう一度測定!**

じっけんきかん  
**実験期間** ( 月 日 ~ 月 日 )

ひつけ 日付	す 捨てたもの	おも 重さ(g)	す りゆう 捨てた理由

かかん  
**3日間のフードロスの合計**

ごうけい

g

### 3. 実験結果まとめ

フードロス量 <sup>りょう</sup> (実験結果①) 月 日～ 月 日	フードロス量 <sup>りょう</sup> (実験結果②) 月 日～ 月 日	フードロスの削減量 <sup>さくげんりょう</sup>
① g	② g	①－②＝③ g

フードロスの削減割合 <sup>さくげんわりあい</sup> $\{1 - (②) \div (①)\} \times 100 =$	%
--	---

2回の実験で気づいたこと、家族で話し合ったこと

## 4.まとめ

SDGsや生活と環境の関係について、新しくわかったこと

SDGsに貢献するために、自分たちでできること

わたしにできること宣言