

「残さんごっつお！1週間チャレンジ」（事業所分）

■ 目的

この取組は、事業所から出る「食品ロス」を減らすために、日々の行動を見直すきっかけづくりを目的としています。

「もったいない」の心を大切に、おいしい「ごっつお（ご馳走）」を最後まで味わい尽くすことで、環境にも家計にも優しいライフスタイルを目指しましょう。

■ 食品ロスとは

本来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。

大きく分けて「食べ残し」、手つかずで捨てられる「直接廃棄」、野菜の皮などを厚くむき過ぎる「過剰除去」の3つがあります。

■ 取組のやり方

1.期間

1週間、チャレンジします。

2.実践

「取組項目」に書かれている内容を意識しながら業務を行います。

3.記録

期間終了後、各項目についてどれくらい実践できたか、自己評価（◎～×）を記入します。

4.振り返り

振り返りアンケートに回答します。

評価の目安

各項目について、期間中の達成度を以下の4段階で判定してください。

◎（バッチリ！）： 毎日達成できた

□（まあまあ）： 4～6日達成できた

△（あと少し）： 1～3日達成できた

×（残念…）： 全くできなかった

（補足）

1～6日の取組であっても、その効果や状態が1週間維持できた場合は、「◎」と評価してください。

例えば「冷蔵庫の点検・整理」については毎日掃除をする必要はありません。一度整理を行い、期間中きれいな状態をキープできていれば「◎」と評価してください。



©NotebookLM

事業所取組シート

取組分野・項目	取組内容・ルール	評価 (1つに○)
【宴会・昼食・啓発】 3010運動の実践または啓発	宴会・会食時に「乾杯後30分・お開き前10分」は自席で食べる「3010運動」を実施する（席を移動したり、楽しい会話に夢中になって、食事の手を止めない）。 ※取組期間中、宴会・会食がない場合は、昼食時に完食を目指す。 (参考)環境省「3010運動」 https://www.env.go.jp/guide/info/ecojin_backnumber/issues/19-01/19-01d/knowledge.html	◎ ○ △ ×
	ポスター掲示や朝礼等で3010運動を周知・啓発する。 (参考)環境省「3010運動普及啓発用三角柱POP ダウンロードページ」 https://www.env.go.jp/recycle/food/3010pop.html	◎ ○ △ ×
【共有部の整理整頓】 冷蔵庫の点検・整理	冷蔵庫内の奥にあるものが見えるように整理整頓を行う。 (参考)「消費者庁「冷蔵庫内の整理整頓」」 https://www.no-foodloss.caa.go.jp/topic_apr.html	◎ ○ △ ×
	賞味・消費期限が近いものや傷みやすいものを目線の高さや手前に配置し、使い忘れを防ぐ。	◎ ○ △ ×
	所有者不明による放置・期限切れ廃棄を防ぐため、私物に「名前」を書いた付箋等を貼り、所有者を明確にする。	◎ ○ △ ×
【ごみ減量】 生ごみの水切り・乾燥	食堂や給湯室から出る茶殻や残飯などの生ごみは、捨てる前に「ぎゅっとひと絞り」するか、乾燥させてから捨てる。	◎ ○ △ ×
【備蓄活用】 災害用備蓄品の在庫確認・活用	備蓄品の在庫と賞味期限を確認する。	◎ ○ △ ×
	期限が近いものがあれば、配布・試食・寄付などで有効活用し、廃棄を防ぐ。	◎ ○ △ ×

事業所取組振り返り

Q1. 期間中、どの程度実践できましたか？（最も近いものを1つ選択）

- ☐ 全ての項目を意識して実践できた
- ☐ いくつかの項目を選んで実践できた
- ☐ あまり実践できなかった
- ☐ 実践できなかった

Q2. 取り組みを通じて、どのような変化を感じましたか？（複数回答可）

- ☐ 宴会や昼食時の食べ残しが減った
- ☐ 冷蔵庫の中が見やすくなり、期限切れが減った
- ☐ 生ごみの水切りでゴミの量が減った（軽くなった）
- ☐ 備蓄品の在庫の把握や消費期限の近い備蓄品の入れ替えができた
- ☐ 特に変化は感じられなかった

Q3. 取り組みを行う上で、難しかった点や課題があれば教えてください。

（例：業務が忙しく冷蔵庫整理の時間が取れなかった、宴会でタイミングが掴めなかった 等）

--

Q3. 今回の項目以外で、貴事業所独自に行っている「食品ロス削減」や「ゴミ減量」の工夫があれば教えてください。
また、次回やってみたい取組があればご記入ください。

--