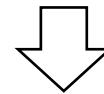


1か月でどれだけ食品ロスが出たか計算してみましょう！

| 週 | チェック日 | 捨てた量 | 気がついたこと |
|-----|-----------|------|---------|
| 1週目 | 月 日 (曜日) | g | |
| 2週目 | 月 日 (曜日) | g | |
| 3週目 | 月 日 (曜日) | g | |
| 4週目 | 月 日 (曜日) | g | |
| 5週目 | 月 日 (曜日) | g | |



1か月の合計

| |
|---|
| g |
|---|

来月の目標！

| |
|---|
| g |
|---|

日本人の一人当たりの食品ロス量は、年間約51kg。1日あたり約139g(お茶碗1杯分)です。
ご家庭で捨ててしまった量と比べてどうでしたか？来月は今月よりも減らせるように頑張りましょう！