

「ABC Cooking Studio グループに おける食品廃棄ゼロエリアモデル事業」 最終報告書

2022年2月28日

株式会社エービーシースタイル

吉川沙也香

1. 事業の目的

料理教室ABC Cooking Studioの全体をひとつのエリアと捉えた「食品廃棄ゼロエリア」の創出へ向けて、食品ロスの低減に向けた取組および食品リサイクルの実施に向けた検討を行う

ABC Cooking Studioの料理教室運営のノウハウを活かし、多くの方に食品廃棄への関心を高めるきっかけ作りのために、食材の過剰除去を少なくしたレッスンを実施する。

食材の皮までおいしく食べられる調理法や、使い切り術を学んでいただくことで、食品廃棄ゼロを目指す。

家庭の食品廃棄の実態、また課題を把握するために料理教室で生徒、ABC講師へアンケートを実施する。

スタジオの生ゴミ廃棄量の現状を把握し、食材の使い切りレッスンを通して、スタジオに通う生徒や普段レッスンを教える側の講師の方に食品廃棄ゼロに向けた行動変容があるかを調査する。

事業実施後も、使い切りレッスンを継続的に行なうことにより、食品廃棄ゼロに興味・関心を持つ人を増やし、実践できる人を一人でも多く増やす。

2. 事業の内容

| | 区分 | 実施日時/期間 | 実施内容 | 実施主体 |
|----------|--------------------|--|--|---|
| ① | レッスン実施 | 2021年9月～2022年2月 | 食材使い切りレッスン 期間：6ヵ月 対象人数2,000人 | 株式会社 ABC Cooking Studio |
| ② | webサイト用の 記事作成 | 2021年6～7月 | ABC Cooking Studioのサイト内 CSRページにmottECOの紹介を記載。 | 株式会社 イービーシースタイル/ 株式会社 ABC Cooking Studio |
| ③ | mottECOの実施 | 2021年9月～2022年2月 | レッスンで作った料理の食べ残しの持ち帰りを促進。 | 株式会社 ABC Cooking Studio |
| ④ | 在庫品のEC販売 及び無償提供 | 2021年11月～12月 | ABC Cooking MARKET よみものページ にABC Cooking StudioのSDGsの取り組みを紹介 | 株式会社 ABC Cooking MARKET |
| ⑤ | 食材廃棄物発生量 調査 | 2021年8月、11月、 2022年2月 | 週1回、スタジオで出る生ゴミをスケールで 計量。3スタジオで実施。 (札幌、丸の内、四条烏丸) | 株式会社 ABC Cooking Studio |
| ⑥ | 調理くずのリサイクル 検討 | 2021年9月以降 | 社内にて検討会議を実施 | 株式会社 イービーシースタイル |
| 効果 検証 | アンケート調査 (生徒) | 2021年8～10月 (事前) 2021年8月中旬～11月上旬 2022年2月 (事後) | 食品廃棄削減に関する意識調査 12設問 1,000名×2回 | 株式会社 ABC Cooking Studio |
| 効果 検証 | アンケート調査 (講師) | 2021年9～11月 | 食品廃棄削減に関する意識調査 8設問 | 株式会社 ABC Cooking Studio |

2. 事業の内容 ①使い切り1dayレッスンの実施

● 食品廃棄削減を目的とした1dayレッスンを実施。レッスンを通して、普段あまりがちな食材のおいしい使い切り方法や調理法などをお伝えし、食品廃棄への関心を高めるきっかけ作りを実施。

| | |
|--------|--|
| レッスン名： | 国連世界食糧計画(国連WFP)広報パートナーシップ企画 キャベツ使い切りレッスン |
| 実施時期： | 2021年9月～2022年2月 |
| 内容： | 『SDGsアクション！キャベツ使い切りレッスン～キャベツの特徴を知って食品ロスを減らそう～』キャベツを一食(2人分)で1/2個使い切るレッスン。今回は、普段破棄してしまいがちな、キャベツの芯までおいしく料理に使っていきます！使い切り術を学び、・キャベツメンチ包みハンバーグ・コールスローピザ・ベーコンとキャベツの煮込みスープ・キャベツのマリネ・カスタードパイの5品を作ります。 レッスン時間：90分 |



2. 事業の内容 ②Webサイト用記事作成

- スタジオでの食べ残しの持ち帰り促進を行い、食材廃棄量の減少を目指すために、ABC Cooking StudioのCSRページへmottECOの情報を掲載、発信。

| | |
|-------|---|
| 実施時期 | 2021年6月～7月 |
| 実施内容 | <ul style="list-style-type: none"> ・mottECO記事作成 ・WEBサイト掲載 ・バナーデザイン作成 |
| 掲載ページ | https://www.abc-cooking.co.jp/company/csr/sdgs/ |



ABCッキングスタジオが力を入れている「食品ロス削減活動」としては、レッスン時に「無駄なく食材を使い切ること」。そして「おいしくお楽しみがのち残らず無駄にしないこと」も、大切なポイントです。食べ残しをできるだけなくし、食べきれない場合は「保存容器に入れて安全に持ち帰り、残さないように食べる」。このアクションができればそれは確実にエコに繋がります。

2. 事業の内容 ③mottECOの実施

- レッスンで作った料理の食べ残しの持ち帰りを促進する事により、食材廃棄量の減少を図る。
持ち帰り容器の販売及びスタジオでの生徒への持ち帰りの呼びかけを実施。

実施時期：2021年9月～2022年2月

自然環境にやさしい
エコウッド&サトウキビ容器
スタジオにて販売中
※弁当箱の持参を推奨しています。



販売価格： 60円 販売価格： 100円



スタジオ内販促展示（丸の内）

3スタジオ（札幌、丸の内、四条烏丸）販売実績（個）※保冷バッグ含む

| 2021年 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 2022年 1月 | 合計 |
|-------------|----|-----|-----|-----|-------------|-----|
| 52 | 50 | 38 | 147 | 96 | 87 | 470 |

2. 事業の内容 ④在庫品のEC販売及び無償提供

- スタジオで使用している調理器具や調味料などのEC販売を行っているABC Cooking Marketにて、サステナブルに関する特集ページを作成し、スタジオで使用しなくなったものの一部や、賞味期限が近い商品を安価または無償で提供する取り組み及びmottECOの取り組みを発信。

| | |
|-------|---|
| 実施時期 | 2021年11月～12月 |
| 実施内容 | <ul style="list-style-type: none">・在庫品のEC販売及び無償提供の情報発信・ mottECO（モッテコ）の活用をアピール |
| 掲載ページ | https://market.abc-cooking.jp/blogs/topics/abccookingstudio-sdgs |



2. 事業の内容 ⑤ 食材廃棄物発生量調査

- スタジオでの生ゴミ廃棄量の減少を目指すために、スタジオで出た生ごみをスケールで計量。現状の廃棄量の把握及び廃棄量の減少を目指す。

実施スタジオ： ①札幌 ②丸の内 ③四条烏丸

調査頻度：毎週水曜日の月4回

調査期間：・2021年8月（1dayレッスン開始前）
・2021年11月（1dayレッスン期間中）
・2022年2月（1dayレッスン期間終盤）

・講師用 ゴミ計量マニュアルの作成

| 生ごみ計測 ～期間・頻度～ | 生ごみ計測 ～方法～ |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">・計測期間 2021年8月～2022年2月・計測頻度：毎週水曜（月4回）・計測時間帯：ゴミ出し時・計測方法：ラゲッジスケール使用 →詳細は4ページ <p>注）小数点以下第2位まで計測をお願いいたします。</p> <ul style="list-style-type: none">・計測・記録者：xxxスタッフ・計測確認者：スタジオ長・代理・記録：別紙記録表(生ごみ重量記) | <ol style="list-style-type: none">①生ごみ(燃えるゴミは含まない)の袋の口をしぼる ②スケールの電源をおす ③生ごみ袋の口にスケールのストラップを通し、金具を止める ④片手または両手で2秒持ち計測、“生ごみ重量記録表”に記入  |

2. 事業の内容 ⑥調理くずのリサイクル検討

- 本事業の目的である廃棄をゼロにすることを目指し、スタジオでの運営が可能なリサイクル方法を検討。まずは廃棄量を調査したスタジオを旗艦として検討し、特定地域に限らず全国展開できるよう、汎用性のある順に取り組む方向。

| 内容(優先度順) | 詳細 | 費用検討(人件費除く) | 今後の検討課題 | 地域性評価軸 |
|----------------------|--|--|---|--------------------------------|
| ①フードバンク団体への寄贈 | 神奈川県が推進するSDGsアクションのひとつである「フードドライブ活動」に賛同し、2021年10月に横浜ランドマークスタジオにてフードドライブ※を実施。生徒様他に呼びかけスタジオに直接食品を持ち寄っていただいた。 | 例)①受け入れ先：公財連盟 全国に協力団体あり。 <想定>丸の内スタジオ →最寄りの秋葉原 S社宅配便:サイズ140、5箱 配送料)役1,700円x5箱= 8,500円/月 ②寄贈出来ない生ゴミの処理対応(処理費) => 2にて | 団体選定(人件費) 寄付食材の選定 基準作成(人件費) 食材の運管の負担(配送費) 寄贈出来ない生ゴミの処理対応(処理費) | .地域ごとの取り組みを確認した上で実施検討可能 |
| ②食品廃棄物のリサイクル会社への委託 | 食品廃棄物を肥料やバイオ燃料加工し、それにより生産されて食材を購入する“食品リサイクルループ形成”をめざす | 例) 受け入れ先：U社、関東以北(本州)にて営業 <想定>丸の内スタジオ ご近所便にて引き取り(費用未定) | 会社選定(人件費) 調理くずの廃棄・運搬の負担(委託費用) | 比較的普遍的に実施検討可能 |
| ③水族館・動物園等へのえさとしての提供 | コロナの影響により閉園している施設の魚や動物のえさとして廃棄食品を提供する | 受け入れ先：H水族館 #1に約800円/箱にて冷凍便にて配送 | 調理くずの分別(人件費) 調理くずの運搬の負担(配送費) | 近隣に施設がないと現実的な選択肢にならない |
| ④コンポスト(デベロッパ内)での堆肥作成 | 食品廃棄物をコンポストを活用し、堆肥にすることで食材の無駄をなくす | コンポスト(約8,000円)+促進剤 または生ごみ処理機(約2万円) +電気代 | 調理くずの保管(保管費)、設置場所(協力者) 衛生面、研修費 | スタジオ所在地域ごとの取り組みを確認した上で実施検討可能※※ |

※「フードドライブ」各家庭で使い切れない未使用食材を持ち寄り、それらをフードバンク団体などに寄贈して食の支援が必要な方に届ける運動。

※※ スタジオ運営上、廃棄物を長期間保管することが衛生上の懸念点として挙げられる

4. 事業の成果 総括

本事業の全体施策の効果検証として、「使い切り1dayレッスン」の実施前後で生徒の行動変容を調査。

事前アンケートで「1dayレッスンにぜひ参加したい」と回答したグループと、事後アンケートで「1dayレッスンに参加した」グループを比較したところ、「食べ残し」の頻度について、全く出ないと回答した割合が1.4%増加し、わずかに減少している傾向が見られた。

「手つかず食品」については、事後での頻度の減少は見られなかったが、レッスンへの参加により、手つかず食品が排出されていることをより強く認識するようになったとも考えられる。

「過剰除去」は、全く出ないと回答した割合が1.6%増加したが、全体の割合を見ると少し頻度が増加している傾向が見られた。

今回の1dayレッスンは、「食材の使い切り」をテーマに、食品が余ること、捨ててしまうことはもったいないということを伝え、環境にも配慮し、食品廃棄を削減する必要性を訴求。レッスンを通じて、ご自身の普段の生活の中にも様々な食品廃棄が出ていることを自覚するきっかけになったのではないかと考える。

「過剰除去」の頻度が少し増加している点については、レッスンへの参加により、過剰除去が出ていることをより強く意識するようになったとも考えられる。

1dayレッスンの内容を自宅でも実践したいと思った生徒は251名の内、240名と高い結果になった。

講師についても、自宅等で今後も実践したいという方は141名の内132名と高い結果になった。

上記の様な、実践による意識の変化が、今後のスタジオでの食品ロスゼロに向けた取り組みにとっても重要になると考える。

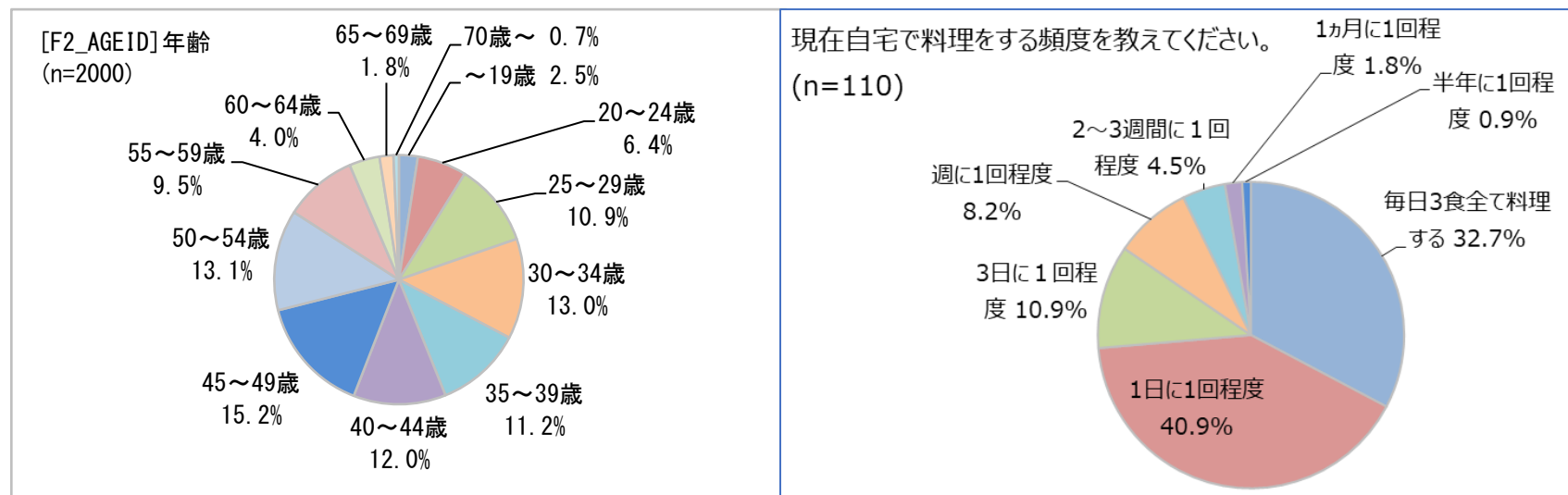
また、この意識の変化は、レッスン以外にも、ABC Cooking Studio及びABC Cooking MarketでのmottECOの促進や食品廃棄ゼロに向けた取り組みの情報発信による影響もあると考える。mottECOの促進により、持ち帰り容器の販売数が、実施前と実施後で比較して最大約3倍に伸びた月もあった。

食品廃棄ゼロエリアの実現に向けては、食材の使い切りレッスンや普及啓発、mottECOの促進等を通じて引き続き食品ロスの低減を図りつつ、それでも排出される食品廃棄物については、地域ごとに適したリサイクル手法を検討・実践することが重要であると考えます。

4. 事業の成果 ①使い切り1dayレッスンの実施

- ABC Cooking Studioの生徒属性として、20～40代が68.7%を占めており、料理頻度については70%以上の方が1日1回以上自宅で料理をしている。

<属性>



4. 事業の成果 ⑥ 食材廃棄物発生量調査

・2021年8月計量結果

計量結果について:

札幌に比べて、丸の内・四条烏丸の廃棄量が多いことが分かった。

レッスンの内容は原則同じため、本来差がでることはあまり想定出来ないが、考えられる可能性として、ごくまれにスタジオごとの限定レッスンを店舗ごとに実施する場合がありますそれが影響している可能性が考えられる。

特に札幌に比べ丸の内と四条烏丸は比較的大きい店のため、その可能性が高い。

・8月に開催していたスタジオ限定レッスンは1件

①丸の内：2種のプッセ〜ティラミス・キャラメル〜

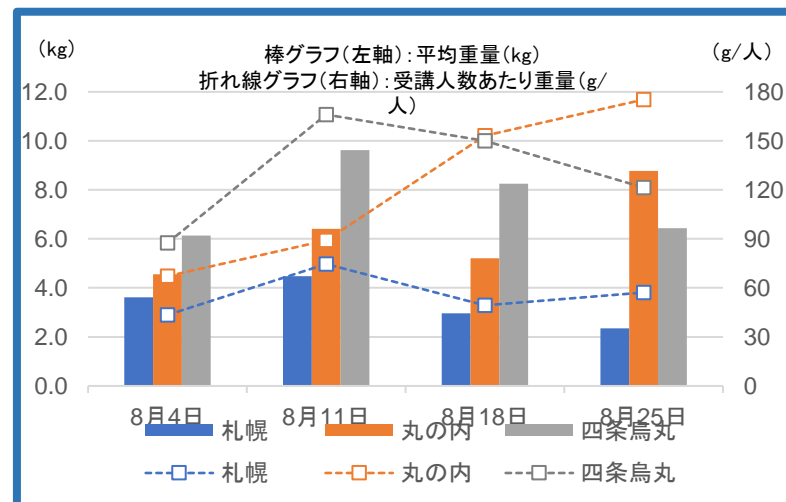
■平均重量 (kg)

| | 8月4日 | 8月11日 | 8月18日 | 8月25日 | 平均 |
|------|------|-------|-------|-------|-----|
| 札幌 | 3.6 | 4.5 | 3.0 | 2.3 | 3.3 |
| 丸の内 | 4.6 | 6.4 | 5.2 | 8.8 | 6.2 |
| 四条烏丸 | 6.1 | 9.6 | 8.3 | 6.4 | 7.6 |

■受講人数あたり重量 (g/人)

| | 8月4日 | 8月11日 | 8月18日 | 8月25日 |
|------|------|-------|-------|-------|
| 札幌 | 43 | 75 | 49 | 57 |
| 丸の内 | 67 | 89 | 153 | 175 |
| 四条烏丸 | 88 | 166 | 150 | 122 |

■受講人数 (人)



| | 料理 | | ブレッド | | ケーキ | | | 総計 |
|------|------|--------|---------------|------|--------|--------|------|-------|
| | 期間限定 | 通常レッスン | 期間限定 タブレット | 期間限定 | 通常レッスン | 通常レッスン | 期間限定 | |
| 札幌 | 152 | 379 | 156 | 69 | 261 | 184 | 145 | 1,346 |
| 丸の内 | 235 | 592 | 272 | 118 | 371 | 253 | 119 | 1,960 |
| 四条烏丸 | 237 | 427 | 188 | 114 | 352 | 219 | 164 | 1,701 |

4. 事業の成果 ⑥ 食材廃棄物発生量調査

・2021年11月計量結果

計量結果について:

8月同様、札幌に比べて、丸の内・四条烏丸の廃棄量が多かった。

また、札幌の廃棄量が減ってきた半面、丸の内の廃棄量が増えている。

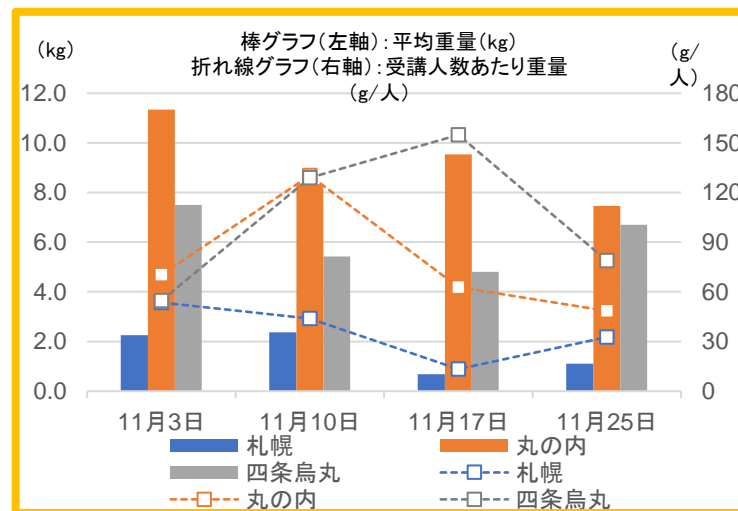
丸の内は他のスタジオと比較しても受講人数が最も多いことが原因として考えられる。

■ 平均重量 (kg)

| | 11月3日 | 11月10日 | 11月17日 | 11月25日 | 平均 |
|------|-------|--------|--------|--------|-----|
| 札幌 | 2.3 | 2.4 | 0.7 | 1.1 | 1.6 |
| 丸の内 | 11.3 | 8.3 | 9.5 | 7.5 | 9.2 |
| 四条烏丸 | 7.5 | 5.4 | 4.8 | 6.7 | 6.1 |

■ 受講人数あたり重量 (g/人)

| | 11月3日 | 11月10日 | 11月17日 | 11月25日 |
|------|-------|--------|--------|--------|
| 札幌 | 54 | 44 | 13 | 33 |
| 丸の内 | 70 | 130 | 63 | 48 |
| 四条烏丸 | 55 | 129 | 155 | 79 |



■ 受講人数 (人)

| | 料理 通常レッスン | ブレッド 期間限定タブレット | 通常レッスン | ケーキ 通常レッスン | 総計 |
|------|--------------|-------------------|--------|---------------|-------|
| 札幌 | 646 | 230 | 405 | 301 | 1,582 |
| 丸の内 | 992 | 356 | 484 | 363 | 2,195 |
| 四条烏丸 | 856 | 287 | 517 | 378 | 2,038 |

4. 事業の成果 ⑥ 食材廃棄物発生量調査

・2022年2月計量結果

計量結果について:

11月同様、札幌に比べて、丸の内・四条烏丸の廃棄量が多かった。

札幌・丸の内は廃棄量が減ってきた半面、四条烏丸の廃棄量がわずかに増えている。

11月に引き続き、丸の内は他のスタジオと比較しても受講人数が最も多いことが原因として考えられる。

■ 平均重量 (kg)

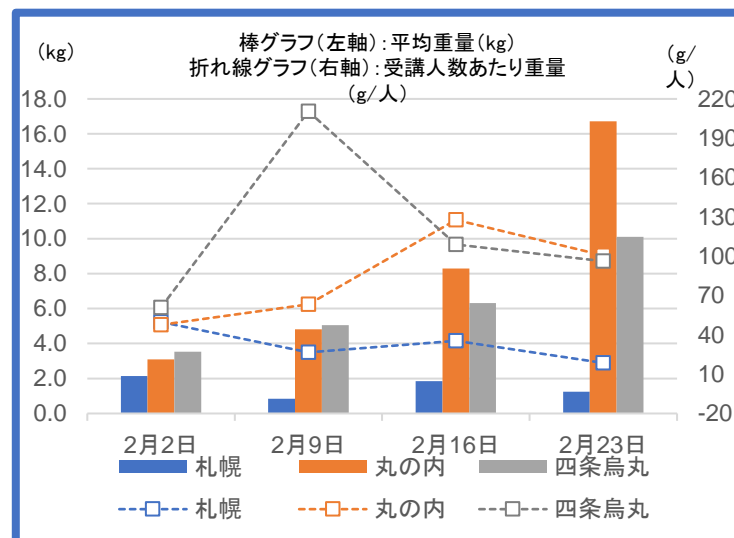
| | 2月2日 | 2月9日 | 2月16日 | 2月25日 | 平均 |
|------|------|------|-------|-------|-----|
| 札幌 | 2.1 | 0.9 | 1.8 | 1.2 | 1.5 |
| 丸の内 | 3.1 | 4.8 | 8.3 | 16.7 | 8.2 |
| 四条烏丸 | 3.5 | 5.1 | 6.3 | 10.1 | 6.3 |

■ 受講人数あたり重量 (g/人)

| | 2月2日 | 2月9日 | 2月16日 | 2月25日 |
|------|------|------|-------|-------|
| 札幌 | 50 | 27 | 35 | 19 |
| 丸の内 | 48 | 63 | 128 | 101 |
| 四条烏丸 | 61 | 210 | 109 | 96 |

■ 受講人数 (人)

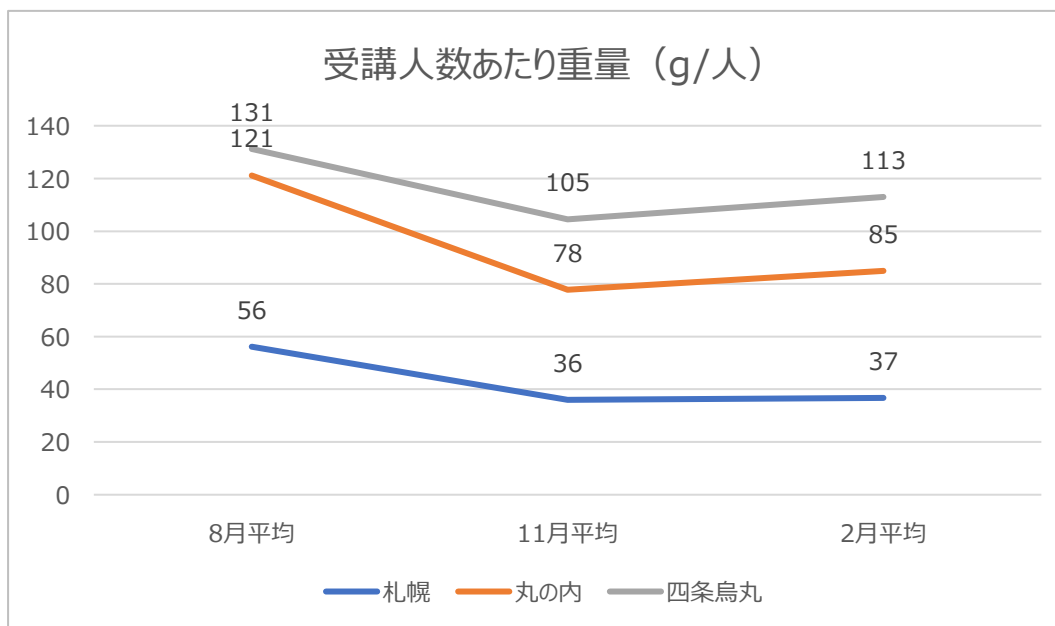
| スタジオ | 料理 | | ブレッド | | ケーキ | | 総計 |
|------|--------|----------|-------|--------|------|--------|------|
| | 通常レッスン | 期間限定レッスン | タブレット | 通常レッスン | 期間限定 | 通常レッスン | |
| 札幌 | 288 | 91 | 144 | 260 | 55 | 222 | 1060 |
| 丸の内 | 481 | 200 | 300 | 451 | 131 | 320 | 1883 |
| 四条烏丸 | 365 | 211 | 240 | 358 | 83 | 293 | 1550 |



4. 事業の成果 ⑥ 食材廃棄物発生量調査

・計量結果総括

総じて、3スタジオの内、札幌の受講人数あたりの廃棄量が丸の内・四条烏丸に比べ少ない結果となった。考えられる要因としては、ごくまれにあるスタジオごとの限定レッスン開催、またスタジオサイズ、レッスンカテゴリーごとの人数の影響がある可能性が高い。今回の調査を踏まえ、廃棄量の増加する要因を分析し、引き続き廃棄量を減少する取り組みを継続して行う。
いずれのスタジオにおいても1dayレッスン開始前の8月から減少している傾向がみられる。レッスンを実施したことによる効果の可能性がある。



5. 事業の内容 効果検証 アンケート調査

- ABC Cooking Studio 会員向けアンケート
1dayレッスン事前・事後

- ABC Cooking Studio 講師向けアンケート

| | | |
|------|--------------|------|
| 作成期間 | 2021年4月 ~ 6月 | 会員向け |
| | 5月 ~ 7月 | 講師向け |

| | | |
|------|-----------------|----------------|
| 実施期間 | 2021年8月上旬 ~ 10月 | 会員向け <u>事前</u> |
| | 8月中旬 ~ 11月上旬 | 会員向け <u>事後</u> |
| | 2022年2月 | 会員向け <u>事後</u> |
| | 9月 ~ 11月 | 講師向け |
| | 3月 | 講師向け |

5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講前）

食品廃棄削減に関する意識調査（1dayレッスン受講前）

実施内容：アンケート調査の実施

定量結果：

- ・回答者の属性は、未婚でフルタイム勤務（41.2%）の女性（96.8%）が最も多かった。居住地は東京が最も多く16.1%。
- ・家庭での「食べ残し」が出る頻度は、ほとんど出ない（月1回以下）が最も多く2,000名中637名だった。次に多いのが、たまに出る（週1日程度）で412名。
- ・「手つかず食品」が出る頻度についても、ほとんど出ない（月1回以下）が最も多く2,000名中732名だった。次に多いのが、あまり出ない（月2～3日程度）で509名。「手つかず食品」よりも「食べ残し」の出る頻度が多いことが分かった。
- ・「過剰除去」が出る頻度は、たまに出る（週1日程度）が2,000名中560名と最も多く、次に多いのがほとんど出ない（月1回以下）538名という結果だった。
- ・1dayレッスンに「ぜひ参加したい」と回答している方が「参加したいと思わない」と回答している方よりも、日頃から過剰除去を減らすために意識的に取り組んでいることが分かった。過剰除去の削減に意識の高い層が、1dayレッスンに参加を希望していることが分かる。
- ・ABC Cooking Studioの「SDGs使い切りレッスン」に参加されたい方は1,125名と、半数以上の方がレッスンに関心を持っていることが分かった。

定性結果：「過剰除去」の取り組み状況として、カレー・シチュー・だし・付け合わせなど他の料理に活用する、余分なものを買わないように事前に買い物リストを作る、野菜クズは堆肥に利用するためコンポストを利用しているなど、様々な工夫をしていることが分かった。

今後に向けた課題：ABC Cooking Studioの「SDGs使い切りレッスン」への参加意向に対してどちらとも言えないと回答した786名の方がレッスンに参加いただけるように、レッスンの目的や詳細について広報活動を強化する必要がある。

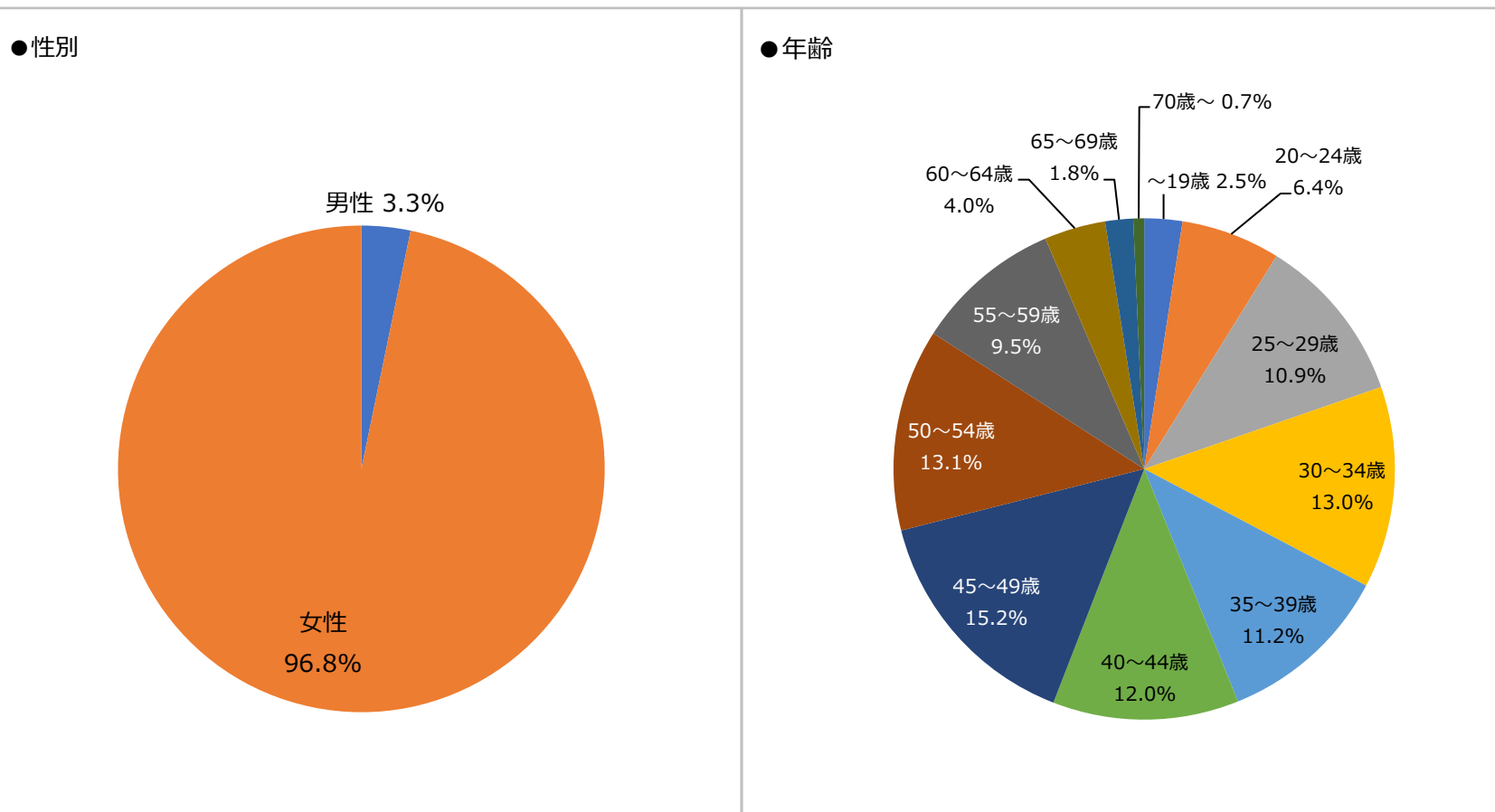
課題への打ち手：ABCの生徒に向けて食品廃棄ゼロを目指す取り組みについての広報を強化。

また、食材使い切りレッスンの魅力を更に広めるためにHPやSNSなどでの更なる情報発信を行う。
野菜以外の食材の使い切り方法も検討し、レッスンへの導入を検討。

5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講前）

「食品廃棄削減に関する会員向け事前アンケート」結果 回答数2,000名

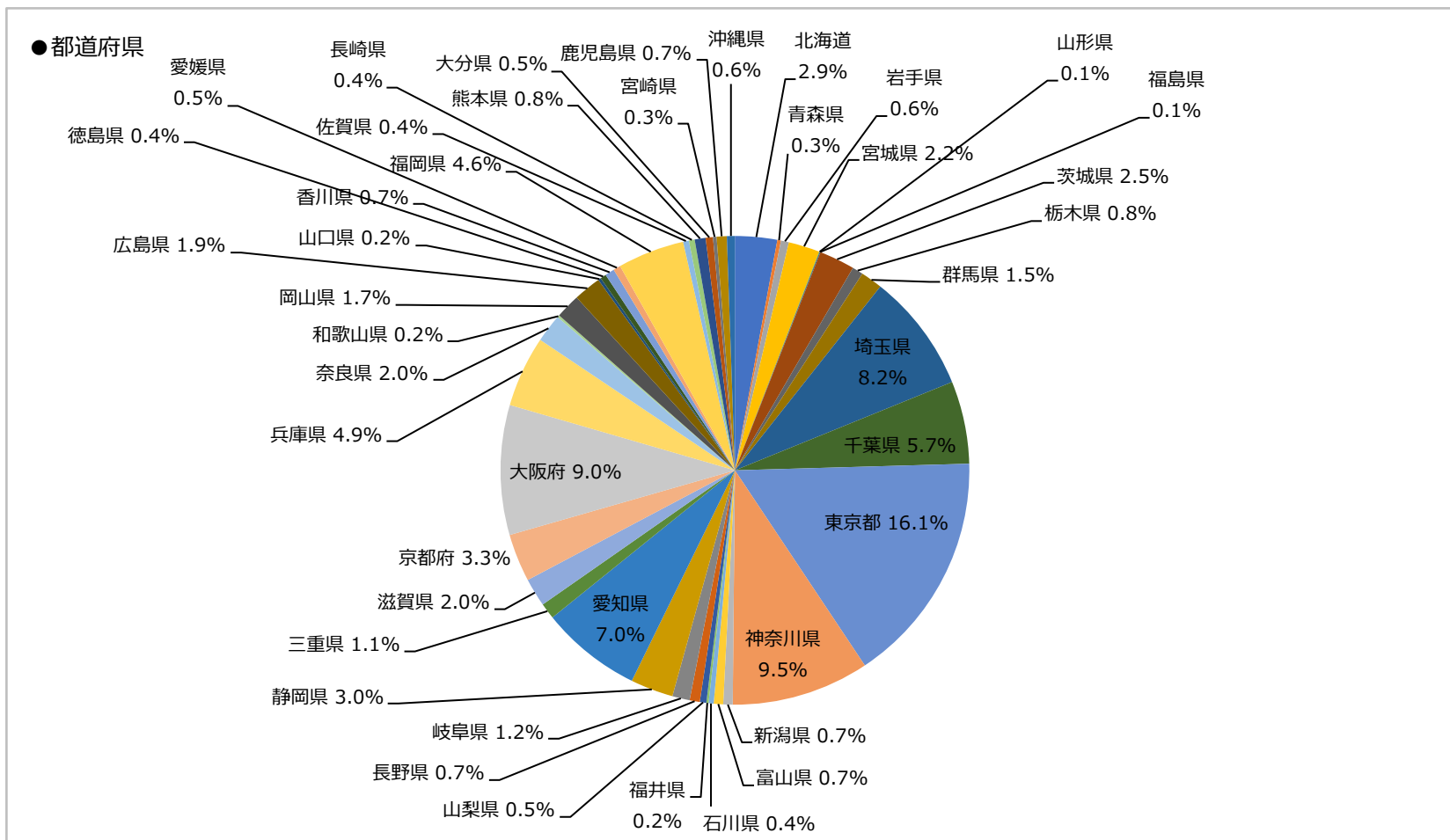
●回答者属性



5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講前）

「食品廃棄削減に関する会員向け事前アンケート」結果 回答数2,000名

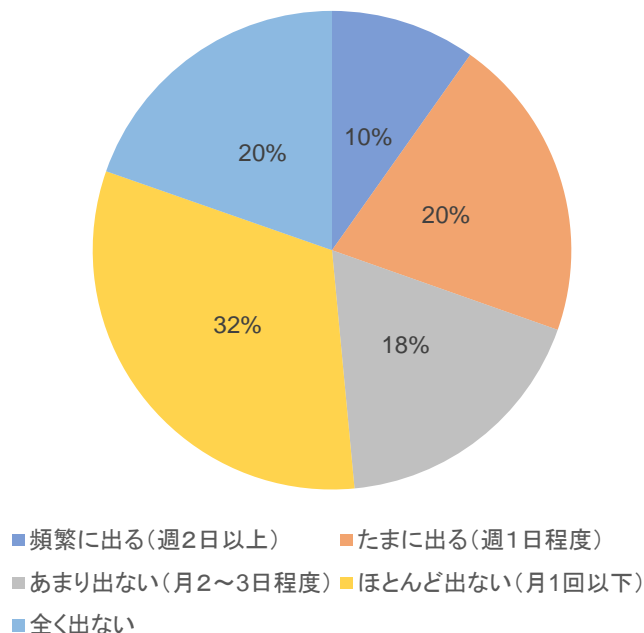
●回答者属性



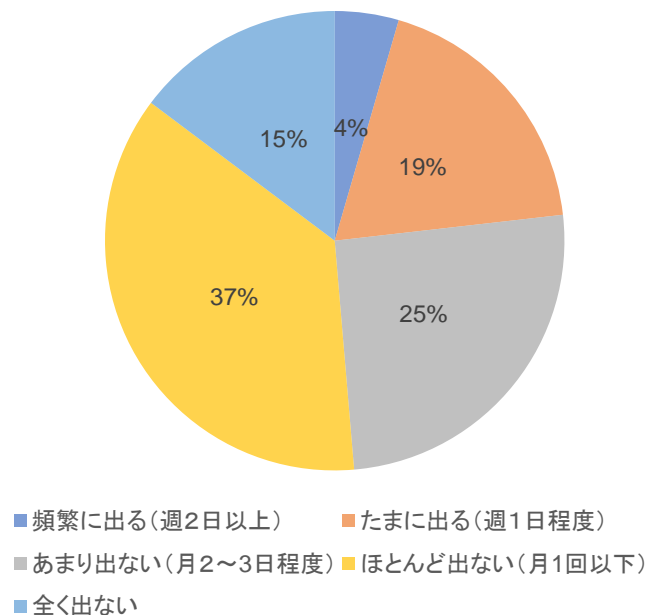
5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講前）

「食品廃棄削減に関する会員向け事前アンケート」結果 回答数2,000名

●あなたの家庭では「食べ残し」はどの程度の頻度で出ていますか。
(SA)※「食べ残し」= 食卓にのぼった食品で、食べきれずに
捨てられた物 (n=2000)

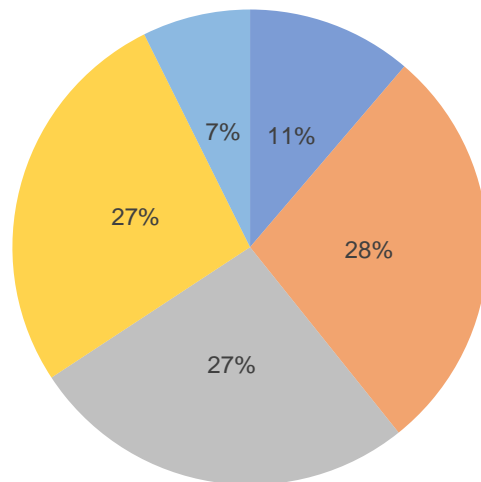


●あなたの家庭では手つかずのまま廃棄する食品
（「手つかず食品」）はどの程度の頻度で出ていますか。(SA)
※「手つかず食品」= 賞味・消費期限切れや品質の劣化などにより、
未開封・未使用のまま捨てられた物（生鮮食品、加工品、
調味料等）(n=2000)



5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講前）

●あなたの家庭では調理の際に野菜の皮を厚く向いてしまう等、食べられる部分まで除去して捨ててしまうこと（「過剰除去」）はどの程度の頻度で出ていますか。（SA）※「過剰除去」=厚くむき過ぎた大根の皮、キャベツの芯、白ネギの青い部分など、調理の際に食べられる部分まで取り除いて捨ててしまうこと(n=2000)

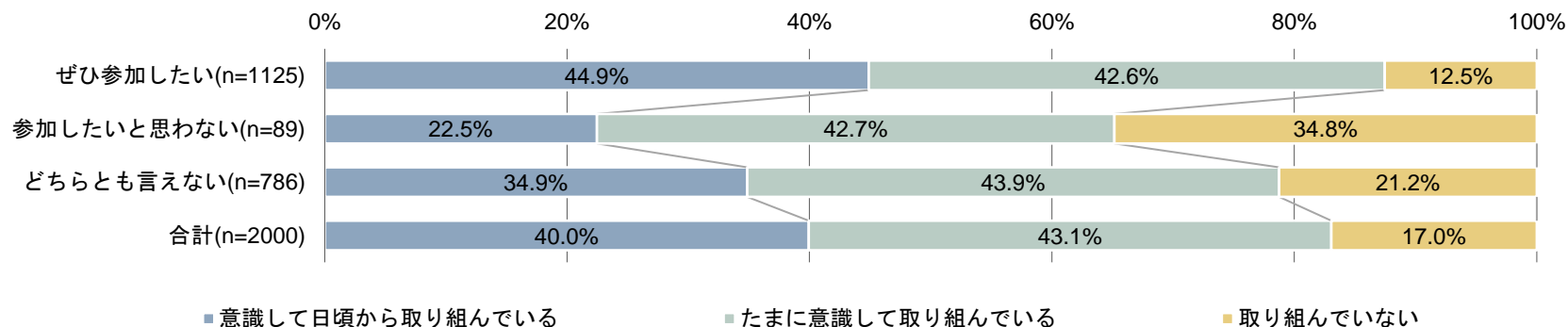


■ 頻繁に出る(週2日以上) ■ たまに出る(週1日程度) ■ あまり出ない(月2~3日程度)
■ ほとんど出ない(月1回以下) ■ 全く出ない

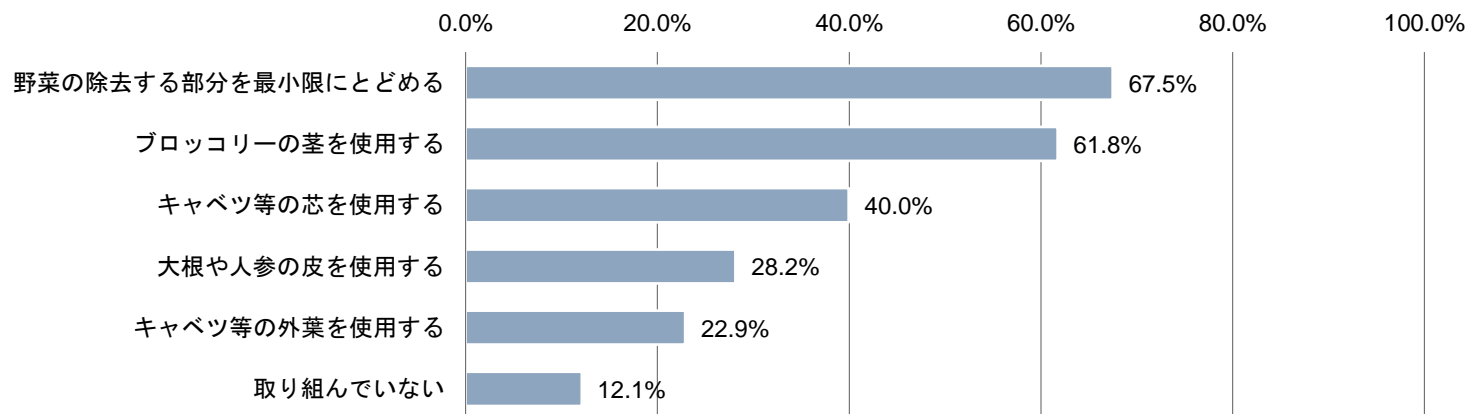
5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講前）

「食品廃棄削減に関する会員向け事前アンケート」結果 回答数2,000名

●あなたの家庭では「過剰除去」を減らすために日頃から意識をしていますか。(n=2000)



●過剰除去を減らす取組について、日頃の実践状況を教えてください。(n=2,000)



5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講前）

「食品廃棄削減に関する会員向け事前アンケート」結果 回答数2,000名

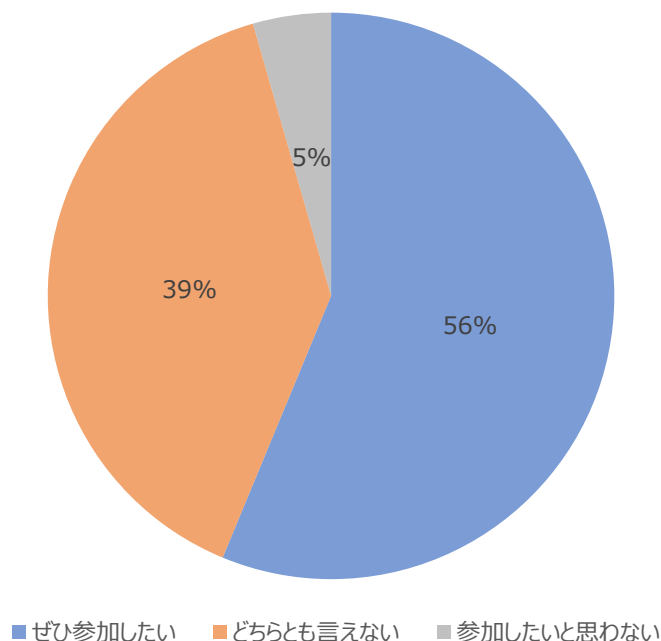
●前の回答以外で具体的な取り組みをされている方はお答えください。（フリーアンサー）
（n=2000）

| 回答 | 人数 |
|---|-----|
| 皮をそのままや、芯ごと食べるなど、捨てる場所は最小限にする。 | 155 |
| カレー、シチューやだしなど、または付き合わせの食材として使う。（他の料理に活用する） | 79 |
| 買い物前に欲しいものをメモする。たくさん買わない。 | 28 |
| 保存方法に工夫する。冷凍保存にする | 26 |
| カット済みの商品を買う | 14 |
| 野菜クズは、堆肥作りに利用する。コンポストを利用している。 | 10 |
| たくさん買わない。必要な分だけを買う。割高でも小さいパッケージを買う。 | 8 |
| 冷蔵庫の中の野菜が、古くなったまま気がつかないでいる、といったことがないように、在庫を管理する。 | 8 |
| 消費期限や賞味期限が切れる前に食べ切るようにしている | 8 |
| ペットに食べさせている。 | 7 |
| 人数分を考えて作る。食べ切れる量で作る。 | 6 |
| 皮を掃除道具として、シンクを掃除する。米のとぎ汁は洗剤替わりや花の水やりにつかっています。 | 4 |
| 生ゴミで、捨てる部分を少なくする。 | 4 |
| 食材を使いきる | 2 |
| ネットで利用法を調べる | 2 |
| 家庭菜園して使いたいぶんだけ調達する | 2 |
| 根っこのあるネギなど、もう一度育てて食べられるものは、再利用している。 | 2 |
| 作り方に工夫する。 | 2 |
| 賞味期限が多少過ぎてるものでも大丈夫かなと思ったら使ってしまう。 | 2 |
| アルミホイルで皮むき | 1 |
| キュウリの皮を縞々にむかない。ニンニクの芯は捨てない。 | 1 |
| コーヒーの抽出後の粉を肥料にしたり、消臭に使う。 | 1 |
| スーパーでの値引き品を廃棄にならない様に購入するようにしている | 1 |
| 子供の食べ残しが減るように、食事の時間やメニューを工夫する。食事は個人ごとに配膳し、おかわり制にすることで余分に作ったおかずなども、衛生的に保管できるようにする。 | 1 |
| 調味料(マヨネーズやお味噌など)残さずに綺麗に使ってる | 1 |

5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講前）

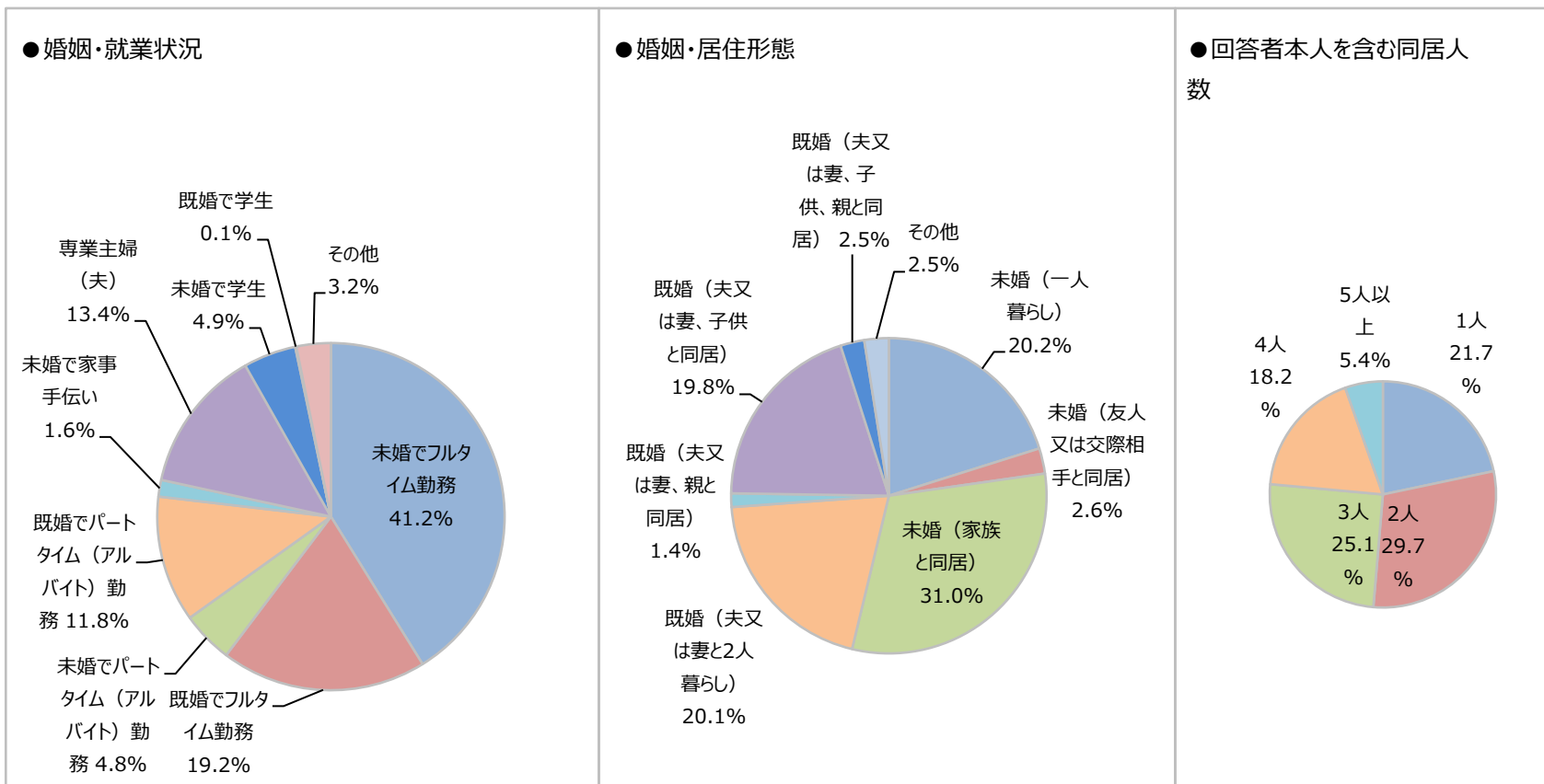
「食品廃棄削減に関する会員向け事前アンケート」結果 回答数2,000名

- ABC Cooking Studioでは、食品廃棄削減を目的とした1dayレッスン（SA）「SDGs使い切りレッスン」を、9月から期間限定で開講予定です。参加したいと思いますか。(n=2000)



5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講前）

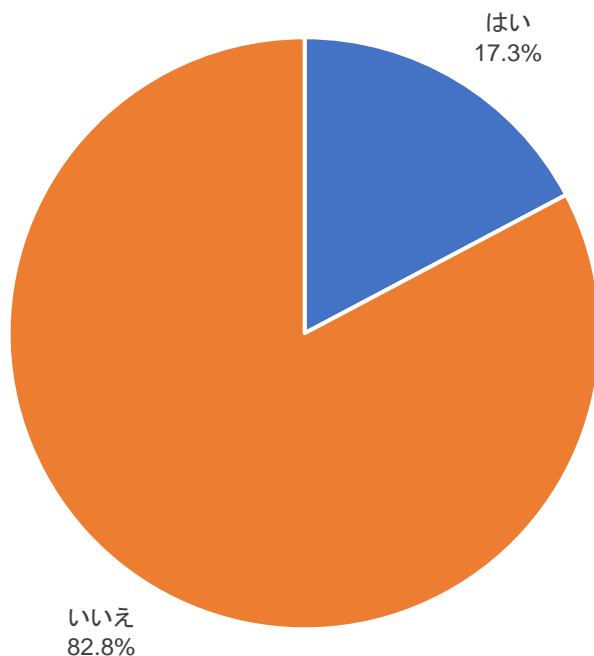
「食品廃棄削減に関する会員向け事前アンケート」結果 回答数2,000名



5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講前）

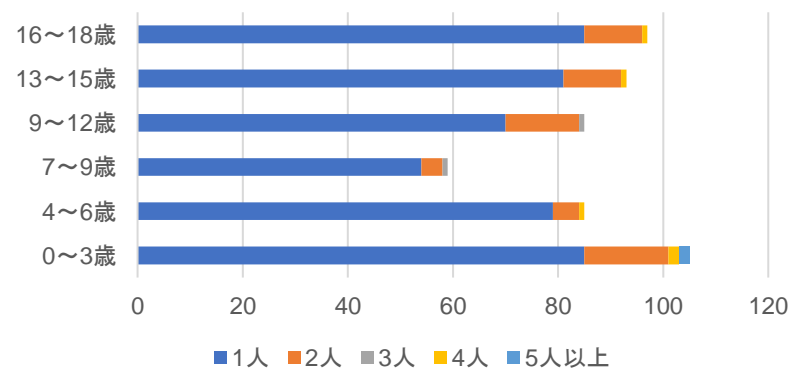
「食品廃棄削減に関する会員向け事前アンケート」結果 回答数2,000名

●同居する18歳未満の子どもがいますか



●同居する18歳未満の子どもがいる場合子どもの年齢構成

| | 0～3歳 | 4～6歳 | 7～9歳 | 9～12歳 | 13～15歳 | 16～18歳 |
|------|------|------|------|-------|--------|--------|
| 1人 | 85 | 79 | 54 | 70 | 81 | 85 |
| 2人 | 16 | 5 | 4 | 14 | 11 | 11 |
| 3人 | 0 | 0 | 1 | 1 | 0 | 0 |
| 4人 | 2 | 1 | 0 | 0 | 1 | 1 |
| 5人以上 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |



5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講後）

食品廃棄削減に関する意識調査（1dayレッスン受講後）

実施内容：アンケート調査の実施

定量結果：

- ・回答者の属性は、未婚でフルタイム勤務（43.6%）の女性（95.7%）が最も多かった。居住地は東京が最も多く20.8%。
- ・1dayレッスンに参加されていない方が最も多く、332名という結果だった。

次いでレッスンの開講初月である9月のレッスン参加者が157名と、参加された方の中で最も多かった。

- ・1dayレッスンの内容を自宅でも実践したいと思った方は251名の内、240名とかなり高い結果となった。
- ・1dayレッスンを参加後に、食品廃棄に対する取り組み意識が少しでも変わった方は251名の内、229名と多くの方に意識の変化があった。

・家庭での「食べ残し」が出る頻度は、ほとんど出ないが最も多く251名の内、69名だった。次に多いのがたまに出る、58名。

・「手つかず食品」が出る頻度も、ほとんど出ないが最も多く251名の内、72名。次に多いのがあまり出ない、78名。

・「過剰除去」が出る頻度は、たまに出る（週1日程度）が最も多く251名の内、84名。

次に多いのがほとんど出ない（月1回以下）で59名。

・「食べ残し」の頻度について、全く出ないと回答した割合が事前に比べて1.4%増加し、わずかに減少している傾向が見られた。「手つかず食品」は、全く出ないと回答した割合が4.4%増加し、最も顕著に減少している傾向が見られた。「過剰除去」は、全く出ないと回答した割合が1.6%増加したが、全体の割合を見ると少し頻度が増加している傾向が見られた。

定性結果：「過剰除去」の取り組み状況として、ABCで習ったことを実践しているという回答があった。その他はレッスン前に引き続き、カレー・シチュー・だし・付け合わせなど他の料理に活用する、余分なものを買わないように事前に買い物リストを作る、野菜クズは堆肥に利用するためコンポストを利用しているなど、様々な工夫をしていることが分かった。

今後に向けた課題：キャベツの使い切りレッスンだけでなく、様々な食材の使い切りレッスンを紹介することにより、過剰除去の頻度の減少を目指す。使い切り1dayレッスンへの参加者を増やし、スタジオ全体で食品廃棄への意識変化及び実践に向けた取り組みを更に強化する必要がある。

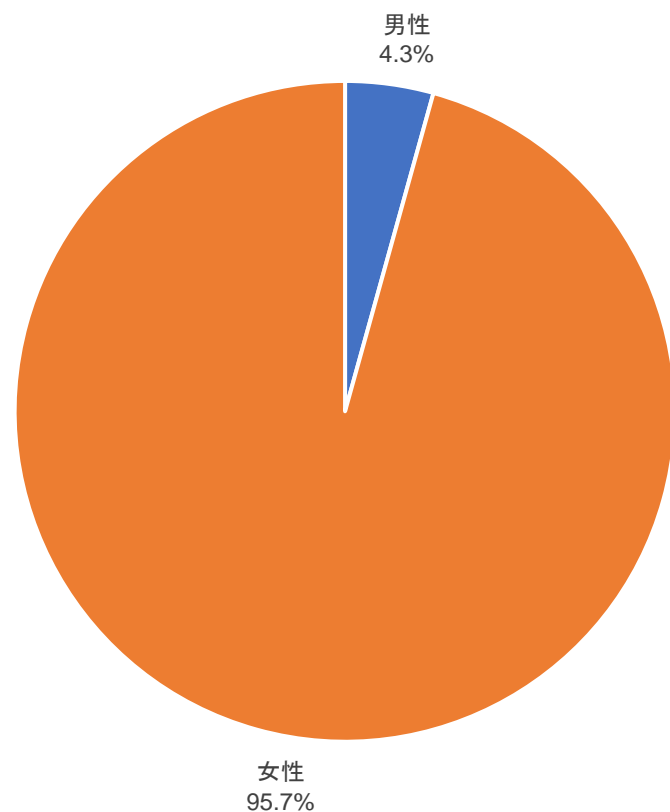
課題への打ち手：使い切り1dayレッスンを継続的に行ない、持続継続的に食品廃棄ゼロに向けた取り組みを実施する。スタジオでの食材廃棄物のリサイクル実施により、生徒に向けても食品廃棄の意識を更に高める。

5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講後）

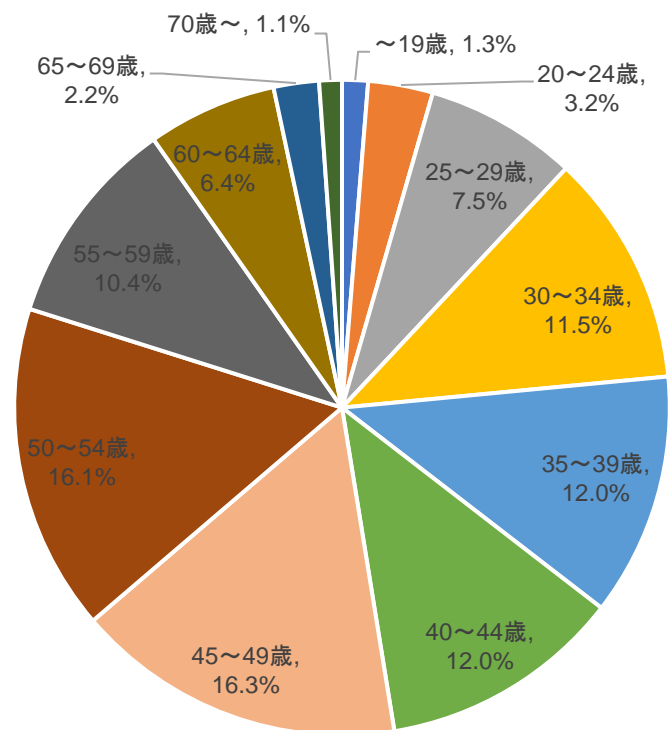
「食品廃棄削減に関する会員向け事後アンケート」結果 回答数626名

●回答者属性

●性別



●年齢

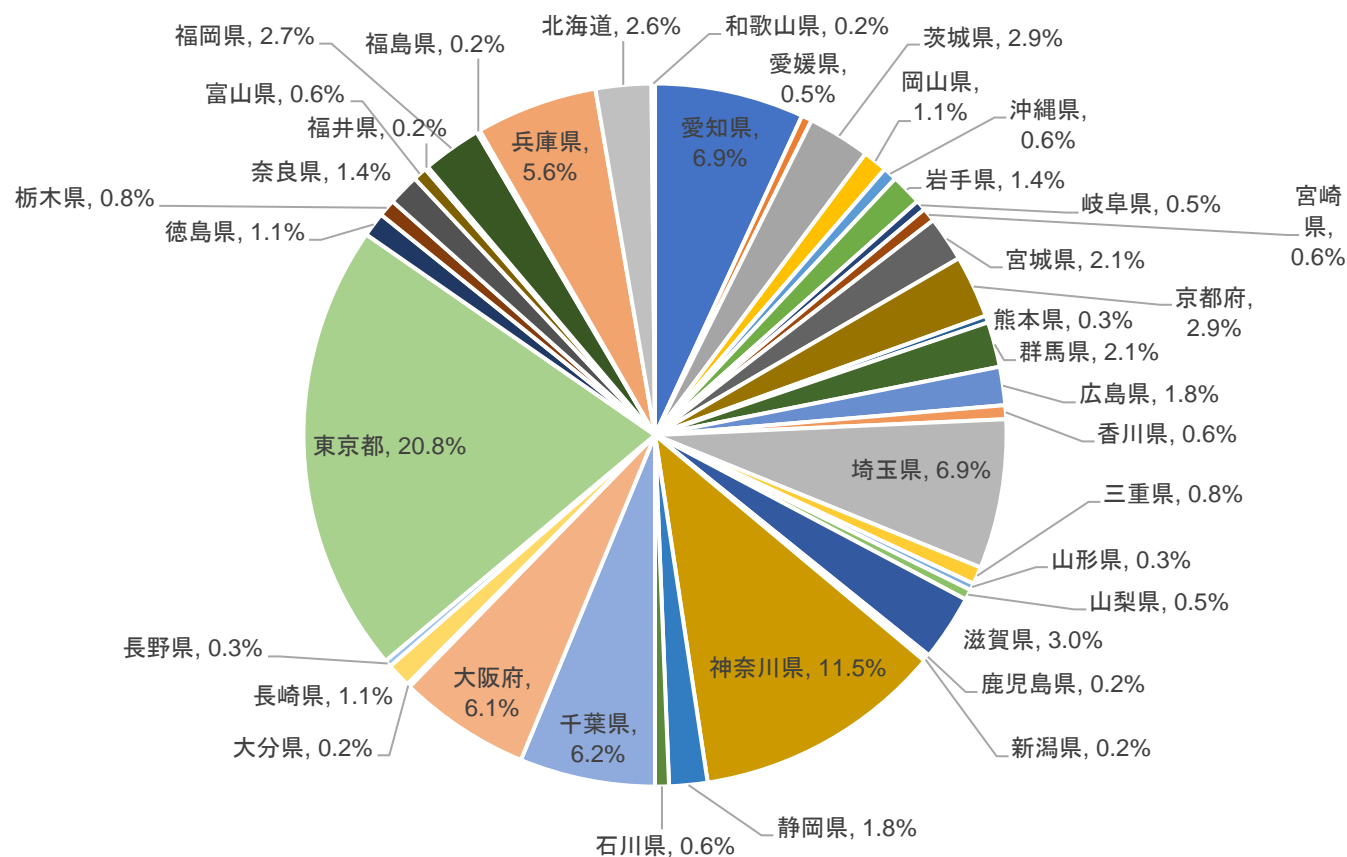


5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講後）

「食品廃棄削減に関する会員向け事後アンケート」結果 回答数626名

●回答者属性

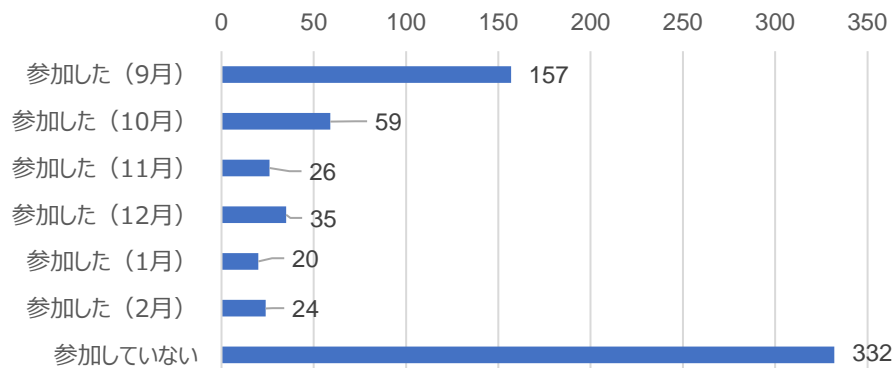
●都道府県



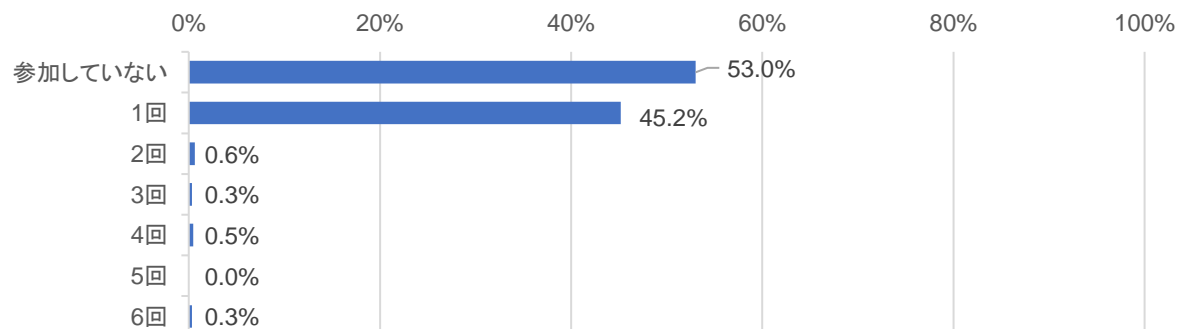
5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講後）

「食品廃棄削減に関する会員向け事後アンケート」結果 回答数626名

●SDGs使い切りレッスンに参加されましたか。(参加した時期) (n=626)



●SDGs使い切りレッスンに参加した回数。(n=626)

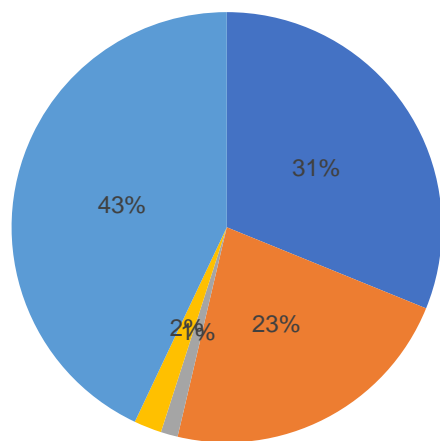


5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講後）

「食品廃棄削減に関する会員向け事後アンケート」結果 回答数626名

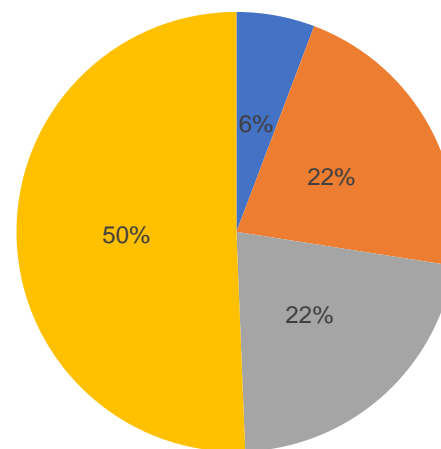
●1dayレッスンに参加した方(n=251)に限定した集計

●SDGs使い切りレッスンの内容について、自宅等でも実践したいと思いましたか。(n=251)



- まだ実践してはいるが、実践したいと思った
- 既に実践し、今後も実践したいと思った
- 既に実践したが、今後も実践したいとは思わない
- 実践したいと思わなかった
- 参加していない

●SDGs使い切りレッスン参加後、食品ロスに対する取り組み意識は変わりましたか。(n=251)



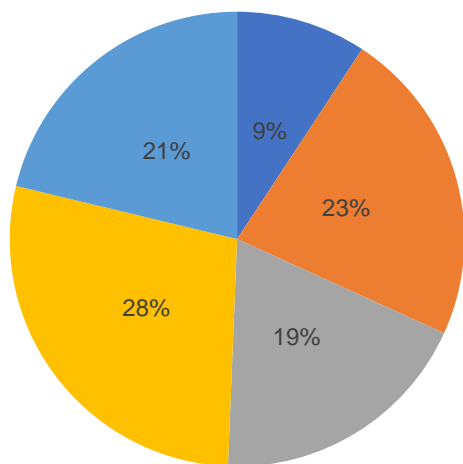
- SDGs使い切りレッスンは受けたが、レッスン前と変わらなかった
- SDGs使い切りレッスンを受けて、意識が高まった
- SDGs使い切りレッスンを受けて、少し意識するようになった
- 参加していない

5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講後）

「食品廃棄削減に関する会員向け事後アンケート」結果 回答数626名

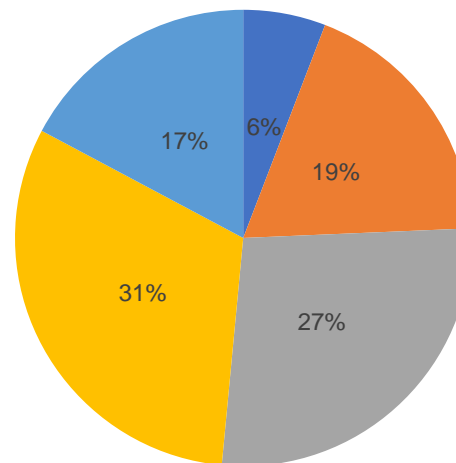
●1dayレッスンに参加した方(n=251)に限定した集計

●あなたの家庭では「食べ残し」はどの程度の頻度で出ていますか。(n=251) ※「食べ残し」=食卓にのぼった食品で、食べきれずに捨てられた物



■ 頻繁に出る(週2日以上) ■ たまに出る(週1日程度)
■ あまり出ない(月2~3日程度) ■ ほとんど出ない(月1回以下)
■ 全く出ない

●あなたの家庭では手つかずのまま廃棄する食品(「手つかず食品」)はどの程度の頻度で出ていますか。(n=251) ※「手つかず食品」=賞味・消費期限切れや品の劣化などにより、未開封・未使用のまま捨てられた物(生鮮食品、加工品、調味料等)



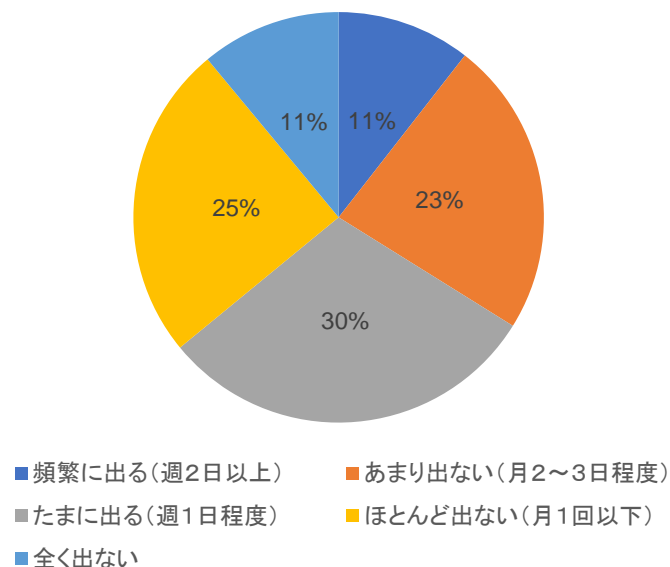
■ 頻繁に出る(週2日以上) ■ たまに出る(週1日程度)
■ あまり出ない(月2~3日程度) ■ ほとんど出ない(月1回以下)
■ 全く出ない

5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講後）

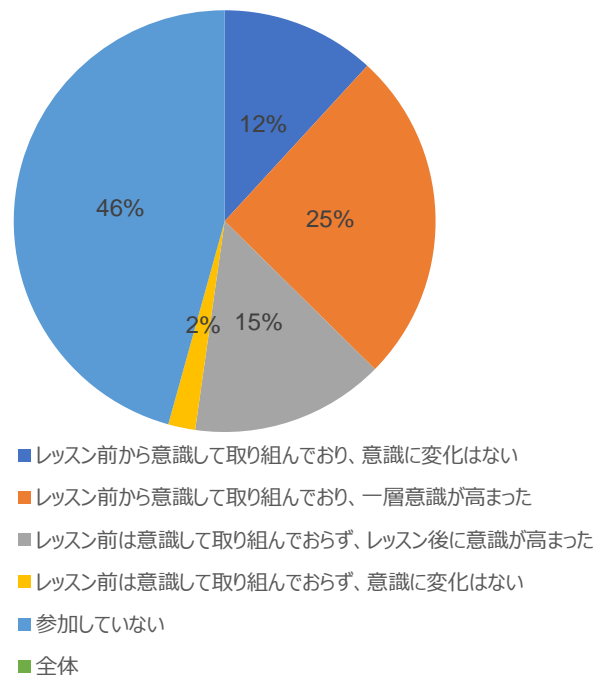
「食品廃棄削減に関する会員向け事後アンケート」結果 回答数626名

● 1dayレッスンに参加した方(n=251)に限定した集計

● あなたの家庭では調理の際に野菜の皮を厚く向いてしまう等、食べられる部分まで除去して捨ててしまうこと（「過剰除去」）はどの程度の頻度でありますか。（n=251）※「過剰除去」= 厚くむき過ぎた大根の皮、キャベツの芯、白ネギの青い部分など、調理の際に食べられる部分まで取り除いて捨ててしまうこと



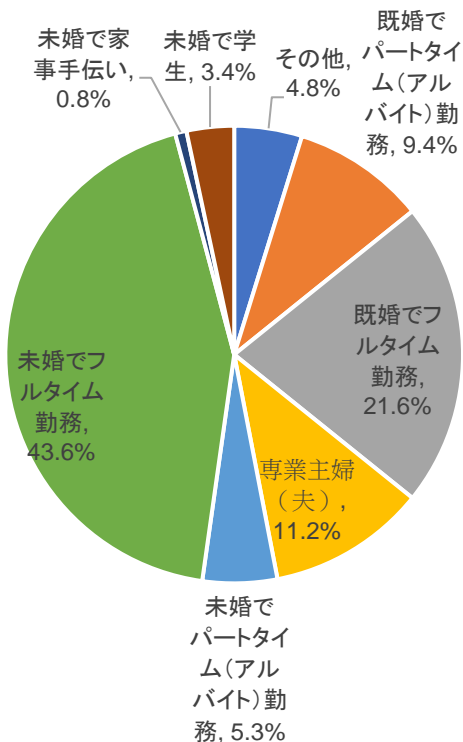
● SDGs使い切りレッスン参加後、過剰除去を減らす取り組みへの意識に変化はありましたか。（n=251）



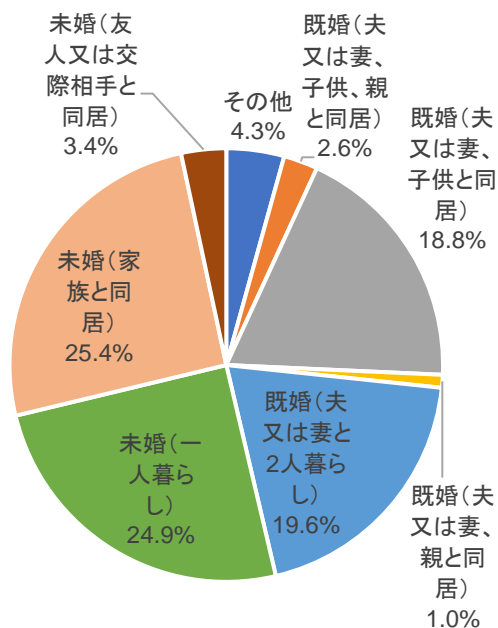
5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講後）

「食品廃棄削減に関する会員向け事後アンケート」結果 回答数626名

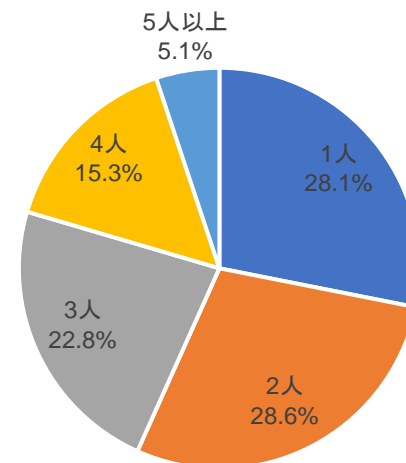
● 婚姻・就業状況



● 婚姻・居住形態



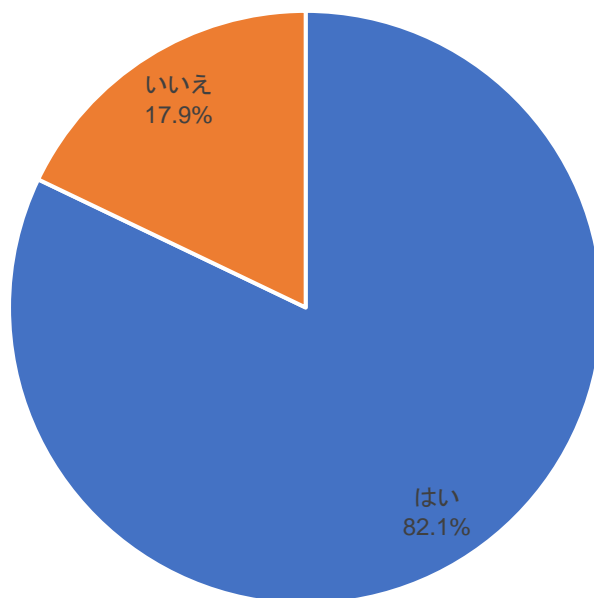
● 回答者本人を含む同居人数



5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講後）

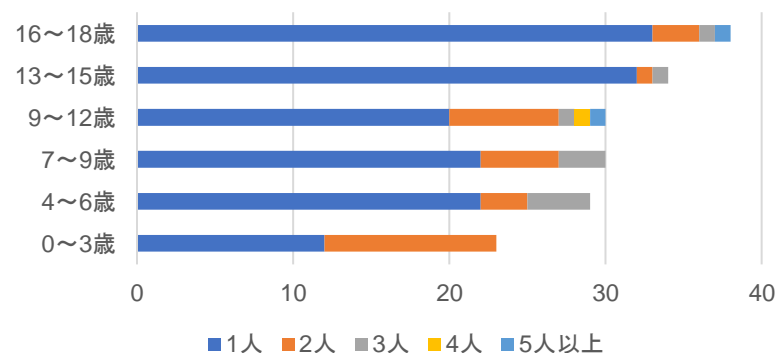
「食品廃棄削減に関する会員向け事後アンケート」結果 回答数626名

●同居する18歳未満の子どもがいますか



●同居する18歳未満の子どもがいる場合子どもの年齢構成

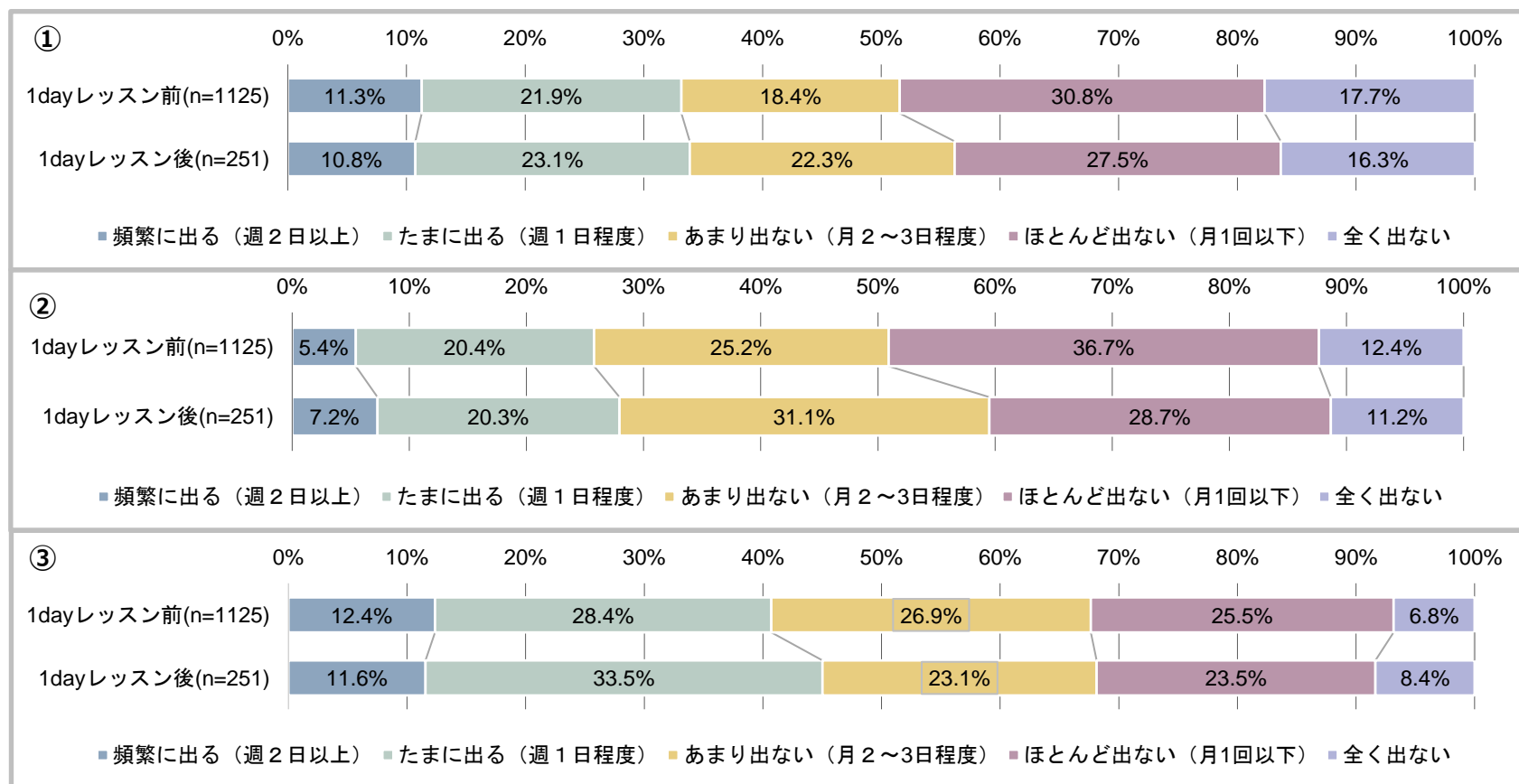
| | 0～3歳 | 4～6歳 | 7～9歳 | 9～12歳 | 13～15歳 | 16～18歳 |
|------|------|------|------|-------|--------|--------|
| 1人 | 12 | 22 | 22 | 20 | 32 | 33 |
| 2人 | 11 | 3 | 5 | 7 | 1 | 3 |
| 3人 | 0 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 |
| 4人 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 |
| 5人以上 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 |



5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（1day受講前後）

事前アンケートで「1dayレッスンにぜひ参加したい」と回答したグループと、事後アンケートで「1dayレッスンに参加した」グループを比較。

- ①あなたの家庭では「食べ残し」はどの程度の頻度で出ていますか。
- ②あなたの家庭では手つかずのまま廃棄する食品（「手つかず食品」）はどの程度の頻度で出ていますか。
- ③あなたの家庭では調理の際に野菜の皮を厚く向いてしまう等、食べられる部分まで除去して捨ててしまうこと（「過剰除去」）はどの程度の頻度で出ていますか。



5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（講師）

食品廃棄削減に関する意識調査（講師）

実施内容：アンケート調査の実施

定量結果：

- ・回答者の属性は、女性が100%。
- ・使い切りレッスンの内容について、自宅等で今後も実践したいという方が141名の内、132名と高い結果になった。
- ・調理くずを減らす食材の利用方法として、今回のキャベツの使い切りレッスン以外でレッスンのテーマとして向いている内容は大根や人参の皮を使用するというテーマが141名の内、110名と最も多かった。具体的なレッスン内容は、野菜の皮でスープ（ベジブロス）を作るが77名と最も多く、次いで魚の骨や、鶏肉の骨で出汁をとるが55名という結果だった。

定性結果：今回のSDGs使い切りレッスン以外に、スタジオで調理くずを減らすための取り組みとして、料理だけでなくパンやケーキのレッスンでも食材の使い切りを導入（例：ケーキの基礎クラスのシュークリームレッスンで余る卵白で、フィナンシェやメレンゲクッキーを作る）するのが良いのではという回答があった。料理では、鰹等でだしをとったあとの出がらしでふりかけを作るという回答も複数あった。

その他、野菜の廃棄分を堆肥にする、コンポストを設置するという回答もあった。

今後に向けた課題：講師の回答を参考にし、野菜以外でも食材の使い切りを考えるとともに、廃棄物のリサイクル方法を具体的に検討する必要がある。

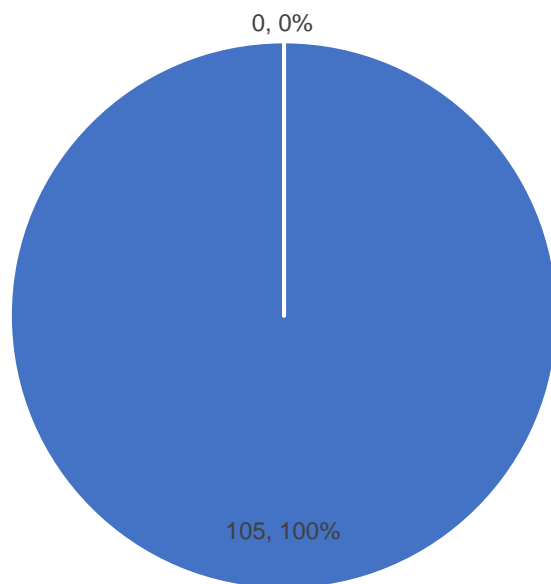
課題への打ち手：使い切り1dayレッスンを継続的に行なうために、野菜だけではなく魚や肉、デザートなど様々なメニューへの導入を検討する。

5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（講師）

「食品廃棄削減に関する講師向けアンケート」結果 回答数105名

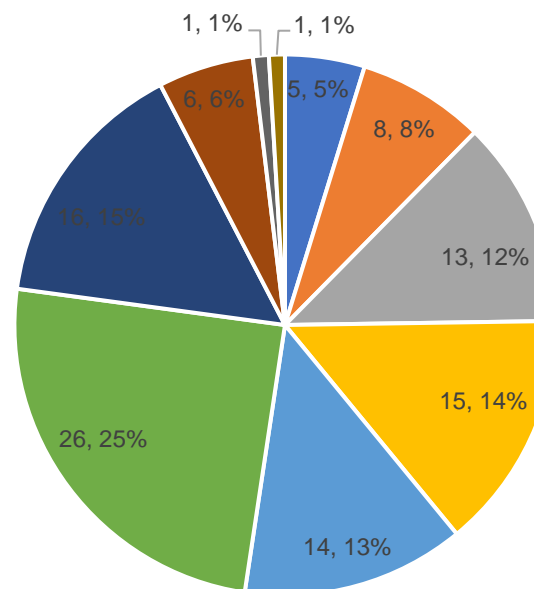
●回答者属性

●性別



■ 女性 ■ 男性

●年齢

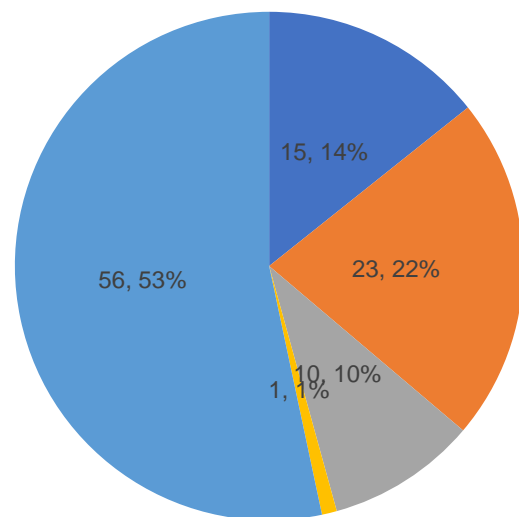


■ 20～24歳 ■ 25～29歳 ■ 30～34歳 ■ 35～39歳 ■ 40～44歳
■ 45～49歳 ■ 50～54歳 ■ 55～59歳 ■ 60～64歳 ■ 65～69歳

5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（講師）

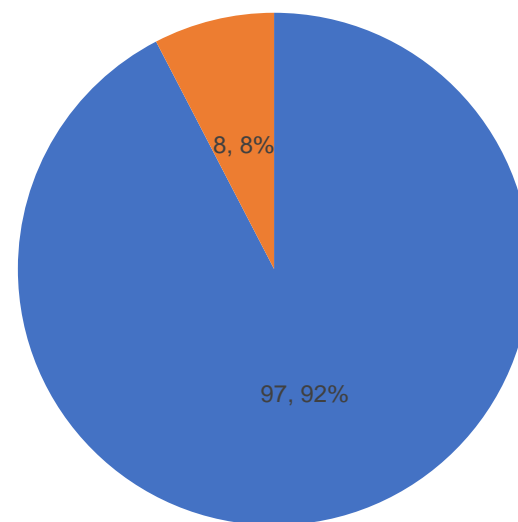
「食品廃棄削減に関する講師向けアンケート」結果 回答数105名

[Q1] SDGs使い切りレッスンを担当後、ご家庭において『調理くず』を減らす取り組みへの意識に変化はありましたか。(n=105)
(レッスンを担当されていない方は「担当していない」をお選びください。)



- レッスン前から意識して取り組んでおり、意識に変化はない
- レッスン前から意識して取り組んでおり、一層意識が高まった
- レッスン前は意識して取り組んでおらず、レッスン後に意識が高まった
- レッスン前は意識して取り組んでおらず、意識に変化はない
- 担当していない

[Q2] SDGs使い切りレッスンのような調理くずの削減に繋がるレッスンを、今後もスタジオで実施したいと思いますか。(n=105)
※レッスンを担当されていない方も、現時点でのご意向をお選びください。

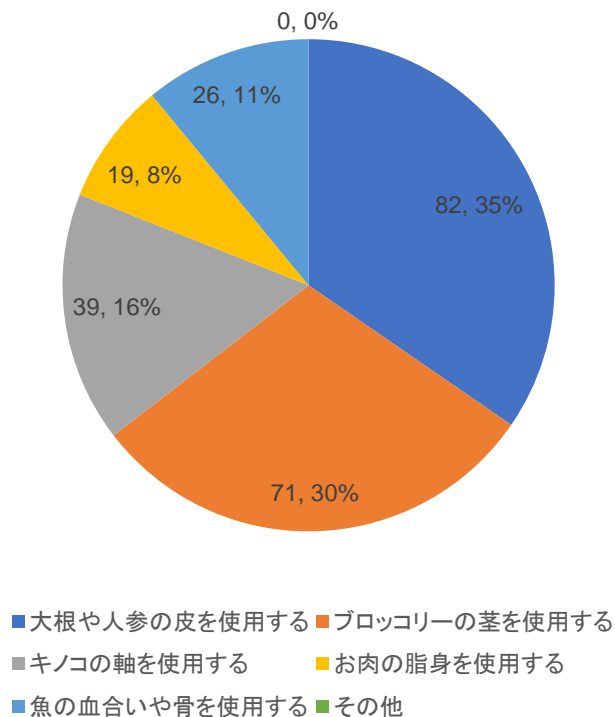


- 今後も実施したいと思います
- 実施したいとは思わない

5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（講師）

「食品廃棄削減に関する講師向けアンケート」結果 回答数105名

[Q3] ※Q2で「今後も実施したいと思う」と回答された方にお伺いします。
今回のSDGs使い切りレッスンでは、調理くずを減らすアイデアとしてキャベツを使用しましたが、その他どのようなアイデアがレッスンのテーマに向いていると思いますか。（複数選択可）



[Q3] ※Q2で「今後も実施したいと思う」と回答された方にお伺いします。
調理くずを減らす食材の利用方法として、どのようなアイデアがレッスンのテーマに向いていると思いますか。その他(フリーアンサー)

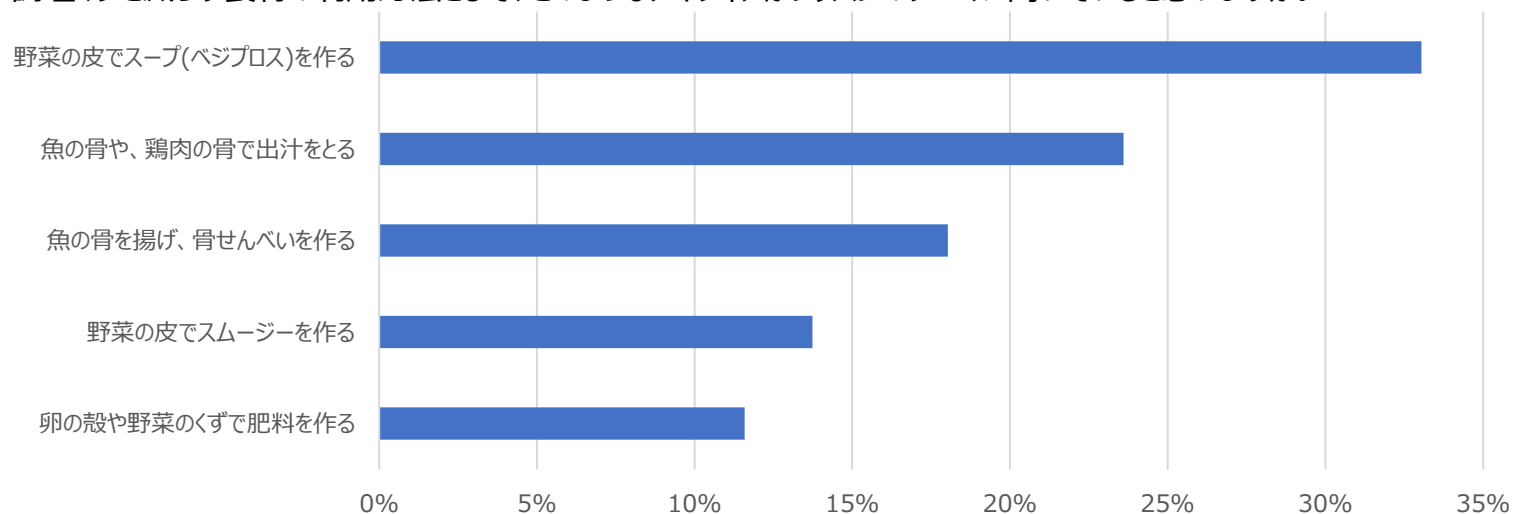
- ・7日分使い切りレシピ健康と食材節約を含めたレシピをつける、
- ・さつまいもや長芋などいも類、
- ・出汁をとった後の昆布・かつおを使用
- ・玉ねぎの皮で出汁をとるベジブロスなど
- ・野菜の皮(うどの皮、玉葱の皮)、葉(大根・人参・ブロッコリ)
- ・フルーツの皮、鶏肉の皮
- ・今回のような使い切りで2～3種類の材料を合わせて使い切り
- ・白ねぎの青い部分
- ・野菜、魚介、肉類を複数くみあわせて

5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（講師）

「食品廃棄削減に関する講師向けアンケート」結果 回答数105名

[Q4] 【Q2で「今後も実施したいと思う」と回答された方にお伺いします。】

調理くずを減らす食材の利用方法として、どのようなアイデアがレッスンのテーマに向いていると思いますか。



[Q4] 【Q2で「今後も実施したいと思う」と回答された方にお伺いします。】

調理くずを減らす食材の利用方法として、どのようなアイデアがレッスンのテーマに向いていると思いますか。その他(フリーアンサー)

- ・野菜の皮で出汁をとる
- ・野菜を皮ごと調理する料理

5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（講師）

「食品廃棄削減に関する講師向けアンケート」結果 回答数105名

[Q5] 今回のSDGs使い切りレッスン以外に、スタジオで調理くずを減らすにはどんな取り組みができると思いますか？例を参考に自由にお答えください。

例) ○○レッスンの○○を（どのように）使用する

（○○食材）の○○を（どのように）使用する フリーアンサー

| |
|--|
| とうもろこしの芯まで使い切りレッスン！ |
| 料理だけではなく、パンやケーキに一部使用ができるメニューがあるといいのかなと思います |
| まず発注システムを変え、必要な数だけ発注すること。受講キャンセル分の食材については、現実捨てているが希望者に別途費用をいただき(ポイントから500円引くなど)、購入を促すなどの工夫をすると良いと思う。 |
| 料理基礎などで出汁を取った後の鰹節や昆布を煮物やふりかけにする等 |
| ご飯炊く基準を変える。現状120g、分配表の人数プラスで炊いて、余ったら破棄している。1人60cc→70ccなどに変更し人数で等分にする。 |
| ケーキの基礎クラスのシュークリームの余る卵白で、フィナンシェやメレンゲクッキー |
| アスパラガスの切り落とし部分とピーラーで剥いた皮を水とミキサーにかけ濾す。水溶性のグルタミン酸が抽出できる。濃度を強める場合は加熱するなど。もしくはそのまま出汁をとるのに使う。 |
| 過発注をなくす。取り扱いを正しく行い鮮度を保つ。レッスンで使う野菜を了承得て皮ごと使う。 |
| 材料分けで出た野菜廃棄分を堆肥へ。 |
| 大根や人参の皮を使ってきんぴらやかき揚げ、ブロッコリーの茎を使って和え物など |
| アジ三枚に下ろした骨をおせんべいにする 数分でカリカリになります。骨な身がたくさんついた方も嬉しいです。 |
| 出汁を取った後の昆布や鰹節、いりこ等、全て授業内で使えるようにする |
| アンケートにもすでにあがっていましたが鰹等魚をおろすメニューのレッスンでできるなか骨を破棄せずに一品作る |
| ナッツ類の使い回し |
| 大根の皮できんぴらを作る さつまいもの皮でかりんとうを作る |
| こんぶ、鰹でだしをとったあと、出がらしでふりかけを作る |

5. 事業の成果 効果検証 アンケート調査（講師）

「食品廃棄削減に関する講師向けアンケート」結果 回答数105名

[Q5] 今回のSDGs使い切りレッスン以外に、スタジオで調理くずを減らすにはどんな取り組みができますか？例を参考に自由にお答えください。

例) ○○レッスンの○○を（どのように）使用する

（○○食材）の○○を（どのように）使用する フリーアンサー

SDGsとはズレますが、卵の殻を必ず潰すのはいかがでしょうか。結果的にゴミは減らせると思います。あと、マヨネーズやケチャップを使い終わる時に生徒様の前で容器を消毒したうえで容器をハサミで真ん中からカットしてとことん使い切るのを見ていただくのはいかがでしょうか。実際使うのを快く思わない生徒様もいるかもしれないので、デモンストレーションとして、たまたま最後の時に見ていただく感じで。。。柑橘類の端っこをカットしたものを干して溜めてリースにして飾り、薬膳では陳皮が重宝されてることや、七味にも入ってること、お風呂に入浴剤としても使えることを文で添えて、お伝えするのはいかがでしょうか。

果物の皮を使用する 皮付きのままでも美味しく食べれる方法を伝える

昆布、かつお節、煮干しなど ↓ 出汁をとった後の活用方法を伝えるレッスン

野菜計量の破棄を減らす

同じ野菜で作れる違う献立の展開。例えば、肉じゃがもカレーも材料はおなじなのでみたいな感じで1DAYレッスンで献立として提供するよりも副菜のアレンジとかの方が使い切った感じがする。キャベツをそもそも1回の食事を使い切るために購入する人は逆に少ないと思う。

使用期限の近い食材が大量に破棄されてるともったいないなと思うのでそちらを使ったレシピ。もしくは自動納品が余りそうであればそちらを使用してレシピが考案されるとスタジオから無駄な食材が出なくていいなと思います。

根本を切る時に、ギリギリに切るように伝えて、栄養価も高く摂取することができるなど、理由や相乗効果も伝えていく だしを取るレッスンの 鰹節やこんぶを再利用する ふりかけなど

たまごの殻を飼料に使用するなど

野菜を皮付きのまま丸ごと調理する

コンポストを設置する

とうもろこしの芯をスープの出汁に使用する

野菜の皮等使いふりかけ だし昆布と鰹節で佃煮

野菜くずからの出汁（ベジブロス）の取り方を実体験していただく。一見、面倒に思うもだからこそ、実体験、そしてその効能を知れば取り組んでいただけるのではないかと考えます。

野菜のくずを使うレシピは難しいと思うので、肥料にして、安く販売するのがいいのではと思います。

6. 今後の検討課題（残された課題）

- ・食品廃棄ゼロにむけたリサイクルに係る具体的な実施内容の検討継続
ABCクッキングスタジオがショッピングモールなどの施設内に入っていることが多いため、どの検討案件も場所、デベロッパーのオペレーション(施設のルール)に縛られる。また、独自に施設からゴミを持ちだすことの難しさも懸念事項として挙げられるが、デベロッパーが地域と連携して取り組んでいるリサイクル方法に参画出来ないか検討を行う。
- ・スタジオで発生した廃棄食品のリサイクルの実装に向けた取り組み
- ・持続継続的な食材使い切りレッスンの普及に向けた告知、メニューアレンジ
(野菜だけではなく、肉や魚、デザートも取り入れた魅力的な使い切りレッスンのメニュー開発・開催)
- ・食材廃棄物発生量の減少を目指すためのスタジオごとの意識改革

7. 事業終了後の展開

- ・ “食品リサイクルループ”(再生事業計画の認定制度)認定を目指し、スタジオで発生した廃棄食品のリサイクルの実装業務を推進
- ・ 対象スタジオを増やした食材廃棄物発生量の調査
- ・ 使い切りメニューレッスンをレギュラーレッスンへ導入
広報に力をいれ、使い切りレッスン参加の促し、受講者の方々からSNS等でレッスンや食品ロスについて発信するよう、個人の発信力を支援

以上