

宴会のはじめと終わりは席で食事を！

もったいない！  
食べ残し！

さんまる  
30

いちまる  
10

運動  
(宴会編)

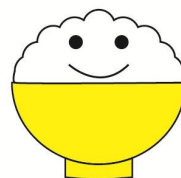
- ①幹事さんの声かけで、はじめの30分間と終了前10分間は、自分の席で美味しいお料理を楽しみましょう！
- ②食べきれない料理は仲間で分け合いましょう。
- ③それでも、食べきれなかった料理は、お店の方に確認して持ち帰りましょう。



宴会も会食時も、おいしく残さず食べきって  
ごみを減らしましょう。

## ✓ ご存知ですか？食品ロス

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに  
捨てられてしまう食品のことです。



- 日本の「食品ロス」は、全国で年間約 643 万トンです。
- 世界全体の食糧援助量 (2017 年、約 380 万トン) の約1.7倍です。
- 国民 1 人 1 日あたりに換算すると約 139g で、茶碗約 1 杯分のご飯に相当します。

(農林水産省及び環境省「平成 28 年度推計」)


# もったいない！食べ残し！

幹事さんは  
声をかけてね

さんまる  
30

いちまる  
10

## 運動

- ① はじめに 開会の挨拶もしくは乾杯の音頭の後には  運動



アナウンス

ここで、ご出席の皆さまに、  
「もったいない！食べ残し！30・10(さんまるいちまる)運動」をご案内いたします。  
30・10運動とは、宴会時における食べ残しを減らす運動です。  
宴会のはじめの30分間と終了前10分間は、自分の席について料理を  
楽しみましょう。

- ② 終了10分前・中締めの前に  運動



アナウンス

皆さまにお知らせいたします。  
まもなくお開きの時間となります。  
今一度自分の席に戻り、料理をお楽しみください。

- ③ 終わりに 感謝の締め



中締めの方

本日は、皆さまのご協力のもと、30・10運動に取り組みました。  
料理を残さず食べ、心もお腹も満たされたところで、最後は  
感謝を込めて、会を締めたいと思います。  
それでは、「ごちそうさまでした！よ～お！」 