みんなで楽しみながら
食品ロスゼロを目指そう！

目安制限時間
15分

食品ロスすごろくチャレンジ！

手持ちのカードをなくしていち早く上がろう！

4つのチャレンジコースで、なんどでも遊べるよ！

用意するもの

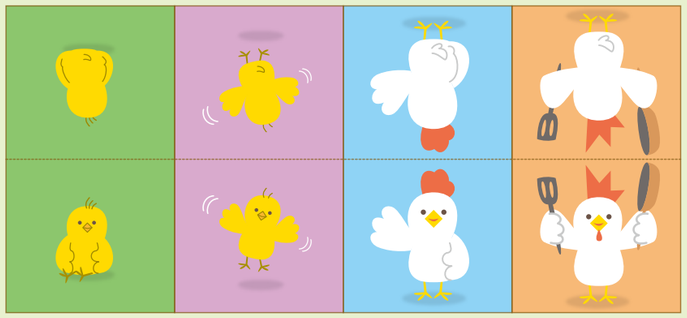
◎サイコロ1つ
◎コマ（マスの上に置けるもの）×人数分
◎チャレンジカード（トランプ、かるた、花札などなんでもOK）
2次元コードからダウンロードもできるよ
（https://food-mottainai.city.kyoto.lg.jp/sugoroku）

遊び方

①4つのチャレンジコースの中からスタート地点を1つをえらぼう
②チャレンジカードを10枚持ってスタート！
（余ったカードはチャレンジカードおき場へ）
③サイコロをふって、出た目のマスの指示にしたがおう
チャレンジ○なら書かれている枚数をチャレンジカードおき場へもどし、**チャレンジ×**なら書かれている枚数をチャレンジカードおき場から取る
④チャレンジカードが0枚になれば「上がり」だよ
（または、制限時間で1番チャレンジカードが少ない人が勝ち！）

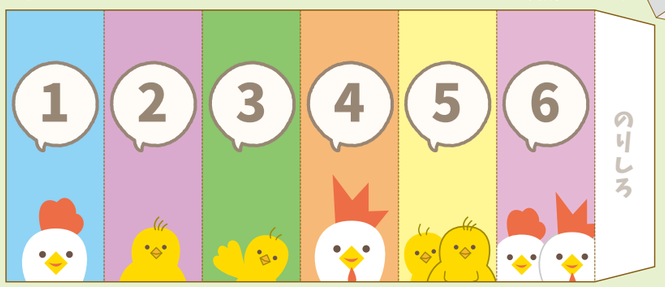
※完成イメージ▶

コマ　―― キリトリ　･････ ヤマオリ



※完成イメージ▶

サイコロ　―― キリトリ　･････ ヤマオリ



お買い物からチャレンジ

1・3・5

すぐ食べるので期限が近い値引き商品を買った
チャレンジ ○ −1枚

お腹がすいているときに買い物をして買いすぎた！
チャレンジ × +1枚

フードドライブとは…あまった食べ物を集めて必要な人にあげる活動のことだよ

家にあるのを忘れて同じものを買ってしまった
チャレンジ × +2枚

手前に並んでいる商品を買った（てまえどり）
チャレンジ ○ −1枚

みんなここでSTOP！
サイコロをふって1か3か5が出たらボーナスステージへGO！
※それ以外は右へ

お料理からチャレンジ

2・4・6

余った料理を使って新しいレシピにチャレンジした
チャレンジ ○ −1枚

食材を使わず腐らせてしまった
チャレンジ × +1枚

にんじんの皮も料理に使った！栄養満点！
チャレンジ ○ −1枚

賞味期限が長い食材から使ってしまった
チャレンジ × +2枚

サイコロをふって2か4か6が出たらボーナスステージへGO！
※それ以外は下へ

みんなここでSTOP！

1・3・5

飲食店からチャレンジ

ここに止まると飲食店からチャレンジのマスへ

必要以上に買わないようにしている
チャレンジ ○ −1枚

買い物前に冷蔵庫チェック！
チャレンジ ○ −1枚

出かける前に買い物リストつくった
チャレンジ ○ −2枚

ボーナスステージ!!!

ボーナスステージ

ここに止まると
おうちからチャレンジのマスへ

食べきれる分だけごはんをよそった
チャレンジ ○ −1枚

野菜をお酢につけて日持ちするようにした
チャレンジ ○ −2枚

冷蔵庫の残り物で料理をしてみた
チャレンジ ○ −1枚

ボーナスステージ!!!

2・4・6

おうちからチャレンジ

1・3・5

サイコロをふって1か3か5が出たらボーナスステージへGO！
※それ以外は左へ

みんなここでSTOP！

食べ残しゼロ推進店舗とは…食べ物を残さず使うお店のことだよ

「食べ残しゼロ推進店舗」のステッカーをみつけた
チャレンジ ○ −1枚

食べ放題のお店で取りすぎて残してしまった
チャレンジ × +2枚

食べきれない量を注文してしまった
チャレンジ × +1枚

注文するときに食べられない食材がないかチェックした
チャレンジ ○ −1枚

2・4・6

ボーナスステージ

ここに止まると
おうちからチャレンジのマスへ

食べきれない食品をフードドライブに協力した
チャレンジ ○ −2枚

期限がきれる前に食べるようにした
チャレンジ ○ −1枚

きらいな野菜もできるだけ食べた
チャレンジ ○ −1枚

ボーナスステージ!!!

ボーナスステージ

ここに止まると
お買い物からチャレンジのマスへ

あたたかいうちに料理を楽しんだ
チャレンジ ○ −1枚

料理を残さず全部食べきった
チャレンジ ○ −1枚

食べ残した料理を持ち帰れるかお店の人にきいた
チャレンジ ○ −2枚

ボーナスステージ!!!

チャレンジカードおき場

（トランプ、かるた、花札など、なんでもOK）

お買い物からチャレンジ

1・3・5

賞味期限とは…おいしさの目安で、消費期限は安全に食べられる日のことだよ

賞味期限がきれたお菓子をみつけてしまった
チャレンジ × +1枚

パンの消費期限がきれる前に食べきった
チャレンジ ○ −1枚

おやつを食べすぎて晩ごはんを残した
チャレンジ × +2枚

生ごみはすてる前に水キリした
チャレンジ ○ −1枚