



# ロス NO!



あそびかた① 人数 / 4~6人

制限時間(目安) 15分

## 用意するもの

付属品すべて



128枚



フィールド



サイコロ

## A カードを配る

- ① カードを種類ごとによくシャッフルしよう
- ② 一人に5枚ずつ配ろう

5枚



- ③ 残りはフィールドに種類ごとに山札にして置くよ

## B 順番を決める

- ① ジャンケンで1番を決めよう
- ② 1番の人からスタートして時計回りで順番に手札を出そう



## C カードの出しかた

その1 手札に出せるカードがある

- <出しかた①> 食品ロスカード + 予防カード 組合せ表を見てペアになるものを出そう(1組まで)
- <出しかた②> 食品ロスカード + スペシャルカード (例)フードドライブ
- <出しかた③> スペシャルカード 1枚出してカードに書かれている指示にしたがう

※1回出したら次の人に順番が回るよ

その2 手札に出せるカードがない

- (1) サイコロを振ってカードを引く



スペシャルカード が引けるよ ※スペシャルカードを引かずに、他のカードを引いても良いよ



食品ロスカード か 予防カード から引く

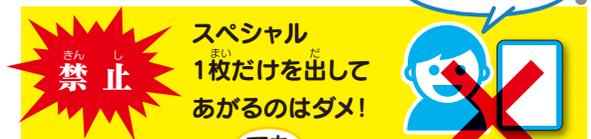
- (2) カードを出す 出しかたは その1 を見てね

捨てられないとき

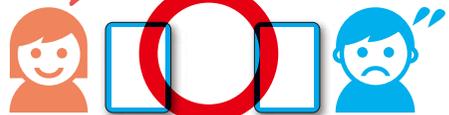


## D あがりかた

手札がなくなればあがり



でも 相手の攻撃を防ぐため「バリア」を使ってあがるのはOK!



# あそびかた② 人数/4~8人

せいげんじかんめやす 制限時間(目安) 10分

## 用意するもの

しょくひん 食品ロスカード 48枚・まい よぼう 予防カード 48枚 合計96枚 / フィールド

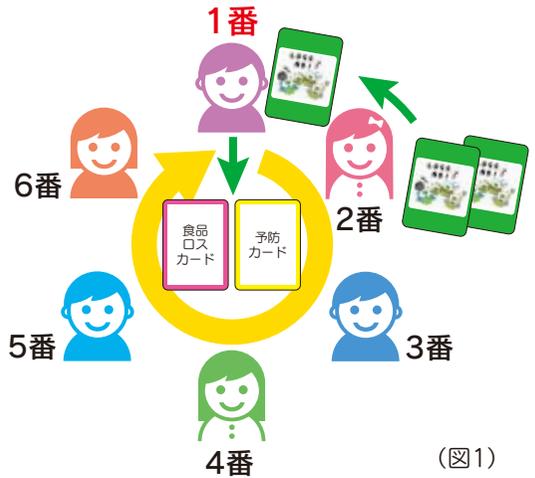
### A カードを配る

- 96枚のカードをひとつにしてよくシャッフルしよう
- 裏返しのまま1枚抜こう  
※抜いたカードはみんなに見えないようふせておこう
- 残りの95枚を全員に配ろう

※ペアがそろっていても抜かずにスタートするよ

### B 順番を決める

- ジャンケンで1番を決めよう
- 1番の人からスタートして時計回りで順番に進めよう



(図1)

### C カードの出しかた (図1)

- 次の人のカードを一枚引こう
- 手札にペアがあればフィールドに出そう(1組まで)  
※組合せ表を見てペアになるものを出そう

### D あがりかた

てふだ 手札がなくなればあがり

かたづ 片付けのときは種類ごとに分けて入れてね

## 食品ロスカードと予防カードの組み合わせ

### 《食品ロスカード》

たのこ 食べ残した



じぶん 自分のお皿には食べられる分だけ取ろう

す 好き嫌いをなくそう

た 食べられる日にちが過ぎていた



か 買いつぎに注意しよう

た おうちにある食べものにかいてある日付を見てみよう

かわ リンゴの皮を厚くむきすぎた



かわ 皮をむくときにはうすくむきましょう

りんごを丸ごと使ったレシピをおうちの人に聞いてみよう

### 《スペシャルカードの種類》

フードドライブ

おすそわけ

カード交換

バリア

「食品ロス」をへらす行動を自分で考えて言ってみよう

みんなの嫌いな料理を出しちゃった

※各カードの下半分にスペシャルカードの効果ののってるよ!