



ハッピー☆ランチ



食育だより担当	10月の目標	
栄養士:又吉	食育	食品ロスについて考えよう
978-3522 (与勝調理場)		



10月になり、朝夕の風が涼しくなってきましたね。季節もようやく秋らしくなっています。秋は「食欲の秋」「スポーツの秋」「読書の秋」といわれるほど、何かに取り組むには最適な季節です。子ども達も新しいことにチャレンジして実りの多い秋になってほしいと願います♪



「食品ロス」という言葉を聞いたことがありますか。「食品ロス」とは、その言葉どおり食品の食べ残しのことです。現在、9人に1人が「飢え」で苦しんでいる中、先進国では「食品ロス」が問題となっています。日本も先進国の一つで、年間で約634万トンの食糧が食べられずに捨てられています。食品ロスの一日の割合を、一人当たりに換算すると、約おにぎり1個分。一人では少ないように見える食品ロスですが、集めるとすごい量の食品ロスになることが分かります。食品ロスは食べ残すことのほかに、処分する際にかかる人件費や燃料費、燃やす時にでる煙等での環境汚染にもつながります。

10月30日は「食品ロス削減の日」です。また、10月16日は国連が定める「世界食糧デー」です。「食べものに、もったいないを、もういちど。」の気持ちで、食品ロスを減らすために「残さない」「作りすぎない」などの意識がもてるといいですね。



食品ロスのキャラクター
ーろすのんー

日本の食品ロス量のイメージ

世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食料援助量の約2倍です。



大切にしたい「もったいない」の心

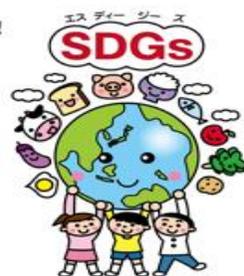
食品ロス削減 3つのコツ

～家庭版～

- 1 買い過ぎない**
家にある食材をチェックし、使い切れる分だけ買いましょう。
- 2 作り過ぎない**
家族の予定や体調を考慮し、食べ切れる分を調理しましょう。
- 3 食べ残さない**
作った料理は早めに食べ切りましょう。

参考：消費者庁「食品ロス削減ガイドブック」(令和3年度版)

もう一口 食べる努力をしてみよう。～学校版～



給食で苦手な食べ物がでたときや、初めて食べる料理がでたとき、「食べたくないな～」「残しちゃおうかな～」と思って残してしまう場合はありませんか？一人一人が残した「ほんの少しの給食」が、全校分集まるとたくさんの量になってしまいます。もう一口食べよう！という気持ちで頑張る姿勢を身に付けてほしいです。

あと一口食べよう



日本は、食料の約6割を海外からの輸入に頼っています… 世界には、食料の足りない国があるのに、海外からの輸入に頼っている日本でまだ食べれる食品を捨てしまってもいいのでしょうか？

