



10月

給食だより

10月は「世界食料デー」月間です。食べ物を無駄にしないために私たちが普段からできることはなんですか。「世界食料デー」をきっかけに考えてみましょう！

「食品ロス」知っていますか？

「食品ロス」とは、本来食べられるにも関わらず捨てられてしまう食べ物のことです。家庭で発生する食品ロスは、大きく3つに分類されます。

食べ残し

食卓に上った食品で、食べきれずに廃棄されたもののこと。

直接廃棄

賞味期限切れ等の理由により、使用・提供されず、手つかずのまま廃棄された食品のこと。

過剰除去

厚くむきすぎた野菜の皮など、本来食べられる部分も多く捨ててしまうこと。



実は知らない。。。 世界と食べ物について

- 世界では、全ての人々が十分に食べられるだけの食料が生産されているのに、世界の10人に1人が飢えています。
- 世界では生産されている食料の約3分の1が食べられる前に無駄になり、捨てられてしまっています。
- 日本では、国民1人あたり約お茶碗1杯分の食べ物が毎日捨てられているそうです。

「もったいない」を大切に！

～食べ物を無駄にしないために私たちができることを考えよう～

◆食べ物をよく知る

見栄えや価格だけで判断しない。また、加工品は賞味期限や消費期限の違いについて確認してから買うようにしましょう。



◆買いすぎや作りすぎに注意する

買い物前は、冷蔵庫などを確認し、必要なものや利用する予定のものを考えてから購入しましょう。

◆自分に合った量を知る

給食は栄養バランスを考えて作られています。給食を残さず食べることは、体が元気になるだけでなく、ごみの量も減らせます。自分に合った量を知り、食べることのできる量を盛り付けましょう。

