

きゅうしょくだより 10月号

藤沢市立天神小学校
2023年 10月号

キンモクセイの香りがする季節ですね。朝晩は涼しくなる日も増え、秋らしくなってきました。秋はお過ごしやすく、色々なことに集中しやすい時期です。子どもたちは運動会にむけて「運動の秋」を楽しんでいるようです。元気に運動するためには「食べることもとても大切です。秋にはおいしい食べ物がたくさんあるので、「食欲の秋」もぜひ楽しんでもらいたいと思います。

10月30日は食品ロス削減の日です！

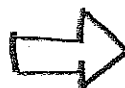
「食品ロス」とは、「まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物」のことです。

日本の食品ロスの状況

日本の食品ロス量(年間)



約 523万トン



事業系
約279万トン

スーパーマーケットやコンビニ小売店での売れ残り、飲食店での食べ残しなど。

家庭系

約244万トン

食べ残しや期限切れ、傷みや買いすぎなど。

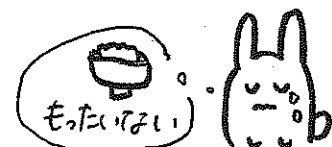
国民1人当たりの食品ロス量

1日 約114g

年間 約42kg

日本人全員が

「毎日お茶碗1杯分の量のごみを出している」くらいの量です。



資料: 総務省人口推計(2021年10月1日) 令和2年度食料需給表(確定値)

給食室でも食品ロスの削減に取り組んでいます！

野菜くずや食べ残しを捨てるのにもお金がかかります。

そしてごみを燃やすためにもたくさんのエネルギーが使われます。

給食をおいしく作って、子どもたちに

しっかり食べてもらうことはもちろんですが、

その他にも給食室でできることを考えて

毎日取り組んでいます。

ごみを運ぶガソリン



ごみを燃やすエネルギー



野菜の皮などの廃棄を減らすため、皮をむきすぎないように気をつけています。



野菜くずやだしをとった後の残りはできるだけ水分を切り、ごみを燃やすエネルギーが減るようにしています。

食品ロスを減らすためにできることを考えよう！！

日々の食生活の中で、ちょっとした気遣いや行動で、食品ロスを減らすことができます。できることから始めてみましょう！

3つのコツ

① 買いすぎない

・買い物前に食材をチェック！
・必要な分だけ買う！
・使う予定を考えて期限表示をチェック！

② 作りすぎない

・家族の予定を確認！
・体調を考えて作ることも大切です！

③ 食べ残さない

これがなかなか難しいですね。好きなものばかりではなく、バランスよく色々なものを食べられるようになって欲しいですね！

