



深谷市立深谷小学校
令和3年9月30日



みんなで
カエられル

たのしみながら家庭でも食品ロス削減

直接は関係なさそうだけど、じつは食品ロス削減に大きくつながる行動があります。いくつかご紹介します。

10月は食品ロス削減月間です。食品ロスとは「食べられるのに捨てられてしまう食べ物」のことです。日本では年間約618万トンが捨てられ、これは国民一人当たり、ごはん茶碗1杯分の食べ物を毎日捨てていることになるそうです。食品ロスをそのままにしておくと、たくさんの食べ物をむだにしてしまうだけでなく、環境の悪化を招き、地球規模の食料危機にも対応できません。食べ方や生活の工夫で、ぜひ解決したい問題です。みんなで取り組んでいきたいですね。



旬の食べ物を つかう



旬はその食材がよくとれ、熟し、味のよい季節や時期のことで、鮮度のよいものがたくさん出回ります。素材の味だけで十分おいしくなります。季節限定の貴重な味だと思おうと大切に食べる気持ちが出てきます。

家族と一緒に 料理をする



作り手になると食べ物への見方が変わります。材料や味付け、量の加減も自由自在。できたてを食べられるのは本当に幸せなことです。親子で楽しく料理ができれば、ますますおいしくなりますね。

お買い物は 計画的に



必要な分だけ購入できるように、事前にチェックをしましょう。加工食品の消費期限と賞味期限をきちんと区別し、賞味期限内のもので、すぐに食べ切れそうなものは、日付の新鮮さにこだわらずに購入しましょう。

☆学校給食での食品ロス削減の取組☆

人数分を正確に作る 献立のねらいを知る 食べる量を調整する 給食委員会の活動



学校給食では足りなくなったり、作りすぎたりしないよう、栄養教諭が毎日、人数分をきちんと計算して作っています。



「今日の献立なんだろう？」のテーマは、食材・料理・生産者・生産地のことなどです。知ることで、献立と子供の心との距離を縮めます。



自分に合ったふさわしい量を知り、それをなるべく残さず食べるようにして、食べ残しを減らします。



給食委員会では、毎年食品ロスを削減するために何ができるか話し合い、「完食キャンペーン」やお碗のご飯粒チェックなどの活動を行っています。

栄養教諭から



学校では「何が何でも食品ロスをゼロにするぞ！」という姿勢で取り組むことはしません。食品ロス削減だけを考えれば、子どもが好きな献立だけを出していればよいでしょう。しかし、子供たちは今、まさに成長の途中です。色々な食べ物や料理に出会い、必要な栄養を過不足なくとり、はじめての食べ物や料理にも挑戦しながら、自分なりの食事に向かう姿勢の一つとして、食品ロス削減の観点も大切にしながら、食育を進めていきたいと考えています。苦手なものもほんの少しの量からチャレンジして、色々な味覚を覚えてくれるといいなと思います。

9月の給食時間の様子



コロナ禍の影響をうけた農林水産物を支援する国の助成制度により、無償でいただきました。鹿児島県のおいしいかんぱちいただきます！

