

# 10月給食たより

令和5年10月  
大山崎町立大山崎中学校

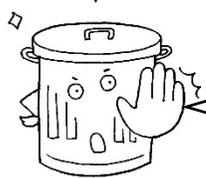
秋が深まってきました。読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋といわれるように、過ごしやすく穏やかな季節です。また、実りの秋ということで、お米をはじめとした様々な農作物が収穫される季節でもあります。生産者や自然の恵みに感謝し、食べ物を大切にしたいと思います。

## 10月16日は世界食料デー ～世界の食糧生産を考える日～

世界食料デーは、国連が定めた世界の食糧問題を考える日です。1人ひとりが協力しあい「すべての人に食料を」を実現し、世界に広がる飢餓などを解決していくことが目的です。まず、自分にできることから「食品ロスを減らす」事を考えていきましょう。

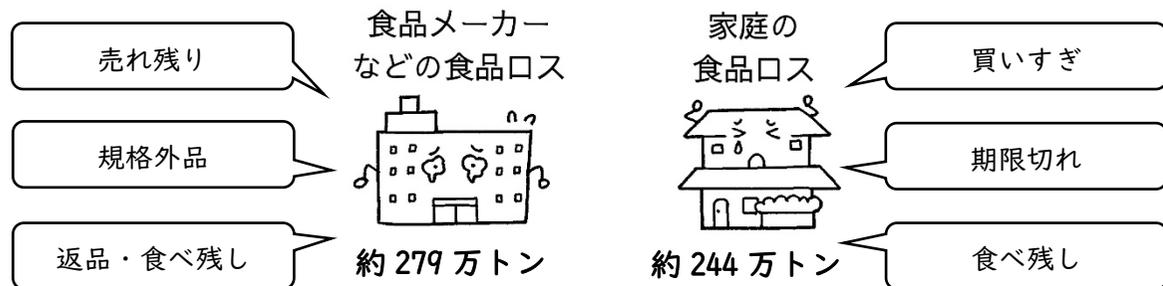


### 減らそう！ 食品ロス



食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。日本の食品ロスは1年間で約523万トン（令和3年度推計値）です。2017年の世界の食料援助量は約380万トンでした。つまり日本では、世界の食料援助量よりも多くの食べものを捨てていることになります。

### 食品ロスはどこで発生しているの？



食品メーカーや飲食店から約279万トン、一般家庭からは約244万トンが発生しています。1人あたりに換算すると、年間約50キロになり、1人あたりの米の消費量と同じくらいです。

やってみよう！



### わが家の食品ロスチェックリスト

|     |  |
|-----|--|
| 全体  | <input type="checkbox"/> 「食品ロス」という言葉や意味を知っている。       |
|     | <input type="checkbox"/> 消費期限や賞味期限の意味を知っている。         |
| 買い物 | <input type="checkbox"/> 買い物に行く前に冷蔵庫の中身をチェックしている。    |
|     | <input type="checkbox"/> 必要な量だけ買っている。                |
| 保存  | <input type="checkbox"/> 冷蔵庫内は定期的に整理整頓している。          |
|     | <input type="checkbox"/> 食材にあった保存方法を知っている。           |
|     | <input type="checkbox"/> 食材を買ってきた日や開封した日を書いている。      |
|     | <input type="checkbox"/> 作りすぎて残った料理をアレンジするなどして食べている。 |
| 調理  | <input type="checkbox"/> 家族の予定を聞いて、食べきれぬ量だけ作っている。    |
|     | <input type="checkbox"/> 先に買った食材、傷みやすい食材から使っている。     |
|     | <input type="checkbox"/> 野菜の皮やヘタなどを取りすぎないようにしている。    |
|     | <input type="checkbox"/> 調味料を使い切るようにしている。            |
| 食事  | <input type="checkbox"/> 残さずに食べきるようにしている。            |
| 外食  | <input type="checkbox"/> 飲食店で注文するとき、量や食材を確認している。     |
|     | <input type="checkbox"/> みんなで協力して食べきっている。            |

### 何個チェックできましたか？



|          |     |                  |
|----------|-----|------------------|
| 0～5個の人   | 初心者 | できることがないか見直してみよう |
| 6～10個の人  | 中級  | 食品ロスが減ってきています    |
| 11～15個の人 | 達人  | 周りの人にも教えてあげよう！   |

大阪府 食品ロス削減事例集 より一部改変

### 給食室での食品ロス削減の取組

日付を記入して  
古いものから使う

できあがり  
を残さず配缶する

材料を全て  
使い切る

**教室では何ができますか？考えてみてください！**