

MOTTAINAI!

(もったいない!)



給食だより 10月号



白野市立白野第三小学校

10月は「食品ロス削減月間」

10月は「食品ロス削減月間」であり、10月30日は「食品ロス削減の日」です。

日本の食料自給率は、令和5年度で38%（カロリーベース）と大変低く、多くの食品を輸入に頼っていますが、それにもかかわらず大量の食品が捨てられています。売れ残りや消費期限が過ぎたもの、調理の際に剥き過ぎた野菜や果物の皮、食事の際の食べ残しなど、上手に扱えば廃棄しなくて済んだ食品や残さず食べれば捨てずに済んだ食べ物を「食品ロス」と言います。令和5年度の日本での食品ロスの発生量は、約464万トンもあったそうで、世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食料支援量（2023年で年間370万トン）の約1.3倍に相当しています。また、食品ロスの量を国民一人あたりに換算すると、「おにぎり一個分（約102g）の食べ物」が毎日捨てられていることになります。「もったいない!」と思いませんか？

食品ロスを減らすためには、一人一人が問題意識を持ち、食品ロスを少しでも減らすために自分ができることを考え、行動することが大切です。

身近な食品ロス削減 1 「給食を一口でも多く食べよう！」

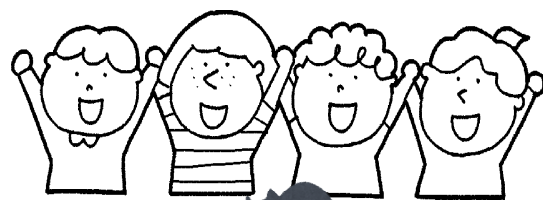
皆さん一人一人が一口でも残さず食べるだけで、給食の残菜量を減らすことができます。また、お互いに声を掛け合って「おかわり」をするなど、学級全体で無理なく「食べ残し」を減らせる良い雰囲気づくりをすることも大切です。小さな一歩が「食品ロス削減」につながります。

身近な食品ロス削減 2 「家族みんなで考えてやってみよう！」

食品ロスを減らすためにできることは、身近にたくさんあります。食品を購入する時、調理をする時、食事をする時など、自分でできることについて考えてみましょう。また、家族で話し合い、家族で取り組むことも大切です。

- 【購入する時】①買い物の前に食品の在庫を確認する。 ②買い過ぎに注意する。
③すぐに使う場合やすぐに消費できる場合は、期限の短いものを選ぶようにする。
- 【調理する時】①野菜や果物の皮を剥き過ぎない。 ②作り過ぎない。
③根や葉を取り除く時は、食べられる部分まで廃棄しない。
- 【食事をする時】①残さずに食べる。 ②外食の場合は、食べられる分だけ注文する。

きゅうしょくを
のこさずたべよう！



10月の給食目標

食後は静かに休もう

