



給食だより

令和5年10月第111号
大東市教育委員会
学校管理課
TEL 870-9102



大東市の食育
キャラクターの
トマッピーです

食品ロスを減らす努力をしましょう

10月は食品ロス削減月間です。食品ロスとは、本来食べられるのにさまざまな理由で捨てられてしまう食品のことです。食品ロスを減らすには、どうしたらよいのかを考えて実践しましょう。

日本の食品ロスは年間523万トン

食べられるのに捨てられている日本の食品ロスは、年間523万トンです。これは、一人当たりが毎日お茶わん1杯分のごはんを捨てているのと同じ量になります。家庭から出る食品ロスの発生要因は、「食べ残し」、「手つかずの食品(直接廃棄)」、「皮のむき過ぎ(過剰除去)」などがあります。食品ロスが増えると、ごみの処理に多額の費用がかかったり、可燃ごみとして燃やすことでCO₂の排出量が増えたり、さまざまな悪影響があります。大切な食べ物を無駄にしないために、一人ひとりが食品ロスの問題に向き合う必要があります。



？知っていますか？

日本の食べ物の62%が外国から輸入されたものです。

日本の食料自給率はカロリーベースで38%しかなく、多くの食べ物を外国から輸入することによって、私たちの食生活は成り立っています。それなのに、家庭から出るごみの約1/3は、食べ物のごみだそうです。自分の国だけで食べ物をまかなうことができないのに、大量の食べ物を捨てているなんて、矛盾していると思いませんか？もう一度、考えてみましょう。



今日からできる食品ロスを減らす方法

給食を残さずに
食べる



すぐに使うなら、
手前の商品を買う



期限表示を
正しく理解する



必要な分だけ
買う



世界に誇れる日本語

もったいない

環境分野でノーベル平和賞を受賞したケニア人のワンガリ・マータイさんは、「もったいない」という日本語に感銘を受けたそうです。「もったいない」は、3Rを一言で表すことができ、命の大切さや地球資源への尊敬の意味もあります。

3R…リデュース(減量)
リユース(再使用)
リサイクル(再生)



トマッピーの4コマ劇場

給食にはみんなの成長に必要な栄養が入っているよ。なるべく残さず食べることで食品ロスを減らすことにもつながるよ。



ペンネーム：トマッピー(深野中学校)



ペンネーム：さんごん(深野中学校)



ペンネーム：とうもころし(深野中学校)

しんどふじ 身土不二

身土不二とは、簡単にいうと「からだ(身)と生きる環境(土)は別々ではない(不二)」という意味の仏教用語です。私たちの体は食べ物や水はもちろん、空気、気候などさまざまな環境からの影響を受けています。例えば、暑い地域や季節には、なすやきゅうりなど水分が多い野菜がよく育ち、日光が不足する冬にはビタミンDの多い鮭やきのこが旬を迎えるというように、自然はその時期に必要なものを与えてくれます。四季があり、豊かな山、海からの食材が豊富な日本。なるべく国内で採れるものを食べるように意識し、食料自給率も上げていきたいものですね。



「みんなのイチオシレシピ」のご応募
ありがとうございました！

中学校の給食に登場する「イチオシレシピ」は給食だよりの11月号で発表されるよ。楽しみに待っていてね。

