

# スクールランチ10月



日ごとに秋が深まり、朝夕はだいぶ涼しくなってきました。10月は「食品ロス削減月間」です。SDGsと一緒に食品ロスにも注目が集まっています。この機会と一緒に考えてみましょう。

## 一緒に考えよう『食品ロス』



ロゴマーク(ろすのん)

Q1. 食品ロスとは…??

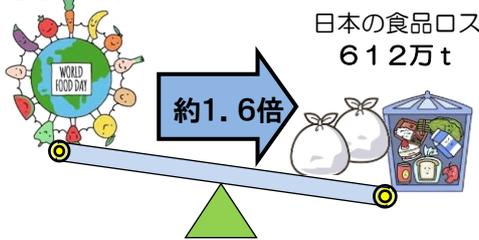
A1. まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のこと。

今、世界中の国が食品ロス削減に取り組んでいます。

Q2. 日本の食品ロスはどこから・どのくらいの量なの??

世界の食糧援助量

390万t



A2. 食品ロスは、食品メーカーやスーパー、飲食店などのお店と家庭からを合わせて1年間で600万トン以上が発生しています。意外にも家庭からはお店とほぼ同じくらい食品ロスが発生しています。学校給食の食べ残しなども食品ロスになります。国民一人当たりでは、毎日お茶碗一杯分(180g)の食べ物を捨てていることとなります。

Q3. 食品ロスを減らすためには??

A3. “買いすぎない”、“使いきる”、“食べきる”の3つポイントで食品ロス削減

### “買いすぎない”

- ・冷蔵庫の中身をチェック
- ・何をかうかメモしてみよう
- ・割引商品は本当にお得?
- ・家にある食材を優先しよう

### “使いきる”

- ・賞味期限と消費期限の違いがわかる?
- ・『てまえどり』も立派な貢献
- ・フードバンクの活用

### “食べきる”

- ・食べきれぬ量を知る・つくる
- ・料理は少なく盛りつけよう

減らそう!  
食品ロス



## 小笠の食生活を考えよう

10月「食事中の会話は心の栄養」

楽しく会話をしながら食べるようにしている。と答えた保護者の割合



食事中の会話は、学齢期の子どもたちにとって、語彙力やコミュニケーション力の発達に大きく関わるものです。

とはいえ、食事中、子どもにその日のできごとを質問攻めにしてしまうのはご注意ください。

目の前の料理の話題を始めとし、共通の話題で会話をしやすい雰囲気をつくりましょう。

# 身近な「SDGs」を意識してみませんか？

ここ数年で、「SDGs」という言葉をよく目にするようになりました。SDGsとは「持続可能な開発目標（Sustainable Development Goals）」を略した言葉で、国際連合に加盟する193の国々が、2030年までに達成すべき17の目標です。現在、世界では気候変動、飢餓、紛争、感染症など、さまざまな課題を抱えています。これらを解決し、世界中のすべての人びとが、安心して暮らし続けられる社会を目指すものです。

## SDGs 17の目標

- |                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| 1 貧困をなくそう             | 10 人や国の不平等をなくそう      |
| 2 飢餓をゼロに              | 11 住み続けられるまちづくりを     |
| 3 すべての人に健康と福祉を        | 12 つくる責任 つかう責任       |
| 4 質の高い教育をみんなに         | 13 気候変動に具体的な対策を      |
| 5 ジェンダー平等を実現しよう       | 14 海の豊かさを守ろう         |
| 6 安全な水とトイレを世界中に       | 15 陸の豊かさも守ろう         |
| 7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに | 16 平和と公正をすべての人に      |
| 8 働きがいも経済成長も          | 17 パートナーシップで目標を達成しよう |
| 9 産業と技術革新の基盤を作ろう      |                      |



## 日常生活の中で、できることから取り組んでみませんか？

### 学校給食における SDGs 給食ではこんなことに取り組んでいます！

栄養バランスを考えた献立を提供しています



安心して食べられるよう衛生的に調理しています



地産地消を推進しています



みんなで同じものを食べることができます



### 給食時間にできる SDGs の取り組み 一人ひとりが意識してみよう！

自分が食べられる量を考え、食べる前に調整する



給食から、バランスのよい食事について学ぶ



食器を大切に使う



食べられる人は、なるべく残さず食べる

