

さわやかに吹きわたる秋風に稲穂が揺れ、野山では実りの秋を迎えようとしています。「スポーツの秋」、「芸術の秋」、「読書の秋」、そして、「味覚の秋」という言葉がありますが、みなさんはどの秋を満喫していきますか？ ずいぶん過しやすくなってきましたので、しっかり体を動かすのもいいですね。

「食品ロス」の削減に取り組んでいきましょう!!

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、これが大きな問題となっています。

自分の食べ方をふり返ってみよう



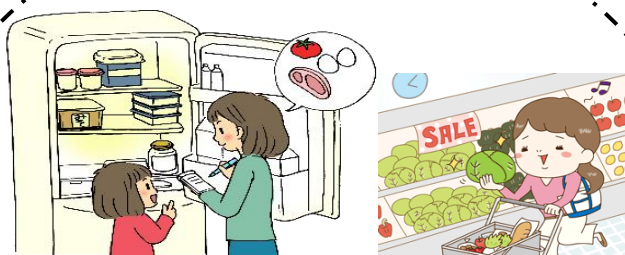
好きな物だけ食べて苦手な物は残す、量が多くて食べきれずに残してしまうことなどをお家や給食でしていませんか。苦手な物は減らしたり、食べられる量に調整したりして、食べ物をむだに残さない工夫をしていきましょう。

食べ物をリスペクトしよう



日本語の「もったいない」という言葉には、食べ物や資源を大切にする心（リスペクト）があります。この心を受け継いで、食品ロスの削減に取り組みましょう。

食材を買い過ぎず、なるべく使い切ろう



買い物の前には、冷蔵庫の中や棚などに保管している食材を確認しましょう。また、安売りをしているからと多めに購入すると食材を余らせてしまうこともあるので、必要な物だけを購入するようにしましょう。

ひろしま食育の日・ひろしま食育ウィーク

広島県食育基本条例が平成18年に公布・施行されて、「ひろしま食育の日（10月19日）」および「ひろしま食育ウィーク（今年は10月17日～23日）」が定められました。

広島県では「一日の食塩摂取量の減少」、「一日の野菜摂取量の増加」、「毎日朝食を食べる県民の割合の増加」を重点目標とした、第3次広島県食育推進計画（平成30年度～令和5年度の6か年）が策定され、食育に取り組んでいます。

また、すべての県民が食に関する学びと体験を通して食を取り巻く環境を考え、伝統的な食文化や地域の特性を生かした食生活を大切にすることを目指しています。

日本では年間約612万トンの食べ物が捨てられ、これは国民1人あたり、ごはん茶わん約1杯分の食べ物が毎日捨てられている計算になるそうです。

食べ方や生活の工夫で解決できる場所もあると思いますので、できることから「食品ロス」の削減に取り組んでいきましょう。

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

12 つくる責任
つかう責任

