



きゅうしょくだより

令和6年10月

呉市蒲刈学校給食共同調理場

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良いですね。

「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。

自分の食べ方を振り返ってみよう

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。食べられる量に調整するなど、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こと（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。



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、ごはん茶碗約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、できるところから「食品ロス」の削減に取り組んでいきましょう。



あき しんまい きせつ 秋は新米の季節です。

ごはんは炭水化物を多く含み、エネルギー源となる食品です。給食では、

広島県産のお米でごはんを炊いています。

地元産のお米を味わってください。

