

食育だより



令和3年
10月号

(毎月19日は食育の日)

鋸南町学校給食センター

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」のことです。日本では年間約612万トンが捨てられ、これは国民1人あたり、ご飯茶わん1杯分の食べ物を毎日捨てていることになるそうです。食品ロスをそのままにしておくと、たくさんの食べ物をむだにしてしまうだけでなく、環境の悪化を招き、地球規模の食料危機にも対応できません。食べ方や生活の工夫で、ぜひ解決したい問題です。

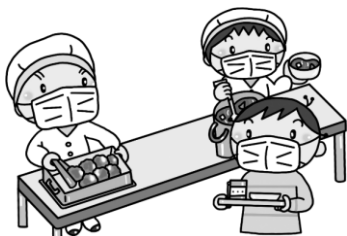
学校給食で取り組む食品ロス

人数分を正確に作る



足りなくなったり、作りすぎたりしないよう、毎日の人数に合わせた量を計算して作っています。

配膳時間を短く



「熱いものは熱く、冷たいものは冷たく。」できたてのおいしさが味わえるように、どのクラスも配膳時間の短縮に取り組んでいます。

献立のねらいを知る



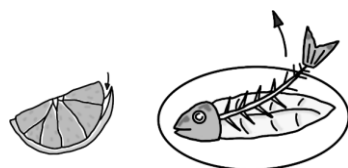
毎日の給食メモのテーマは、食材・料理・生産者・生産地のことなどです。知ること、給食が身近になるよう工夫しています。

よくかんで食べる



苦手なものも、よくかんでいるうちに「意外と食べられる!」と気持ちに変化が出てくることがあります。挑戦してくれる子のために、どの料理も一生懸命作ります。

食べ方を学ぶ



自分で皮をむいたり、ほねをとったりして食べるための準備ができるようにしています。

ふり返る



給食時間の様子や戻ってきた食缶などを見て、次のこんだてへのヒントを探しています。

楽しみながら食品ロス削減

直接は関係なさそうだけど、じつは食品ロス削減に大きくつながる行動があります。いくつかご紹介します。

旬の食べ物を 使う



旬の時期はその食材がよくとれ、味や鮮度のよいものがたくさん出回ります。素材の味だけで十分おいしく、季節の貴重な味だと思えば大切に食べる気持ちが出てきますね。

家族と一緒に 料理をする



作り手になると食べ物の見方が変わります。材料や味付け、量の加減など自由自在。一緒に楽しく料理ができると、ますますおいしくなりますね。

お買い物は 計画的に



消費期限と賞味期限を区別し、賞味期限内のもので、すぐに食べきれそうなものは、日付の新しさにこだわらず購入できますね。

子どもたちはいろいろな食べ物や料理に出会い、はじめての食べ物や料理にも挑戦しながら、自分なりの食事への姿勢を作っている最中です。そうした食事に向かう姿勢の1つとして、食品ロス削減の観点も大切にしていきたいと考えています。



10月は3R推進月間!

減らせる (Reduce)

なるべくのごさず食べる工夫をしよう。

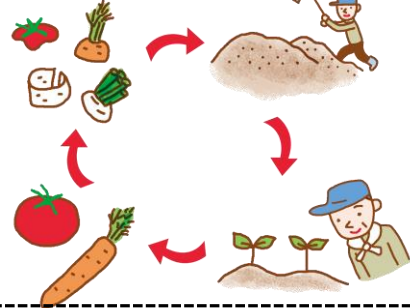


むだなく使える (Reuse)

ブロッコリーは
茎まで



よみがえる (Recycle)



この3つのRのほかにも「リフューズ (Refuse: 余計なものを断る)」「リペア (Repair: 修理する)」,そして「リスペクト (Respect: 物を大切に)」の「R」もあります。限られた資源を大切に使い、みんなが住む星、地球を守っていきましょう。

児童生徒のより一層の安全・安心の確保の観点から、提供する学校給食の食材についての放射能検査を行っています。9月17日に給食用精白米について検査した結果、不検出でしたのでお知らせします。(今までは鋸南町HPに検査結果をお知らせしておりましたが、今回からこちらに掲載することになりました。)