

10月 給食だより



宇部市二俣瀬学校給食共同調理場

毎月19日は「食育の日」

日本では毎年多くの食品ロスが発生しています。また2015年9月に国際連合で、2030年までに世界全体の一人当たりの食料の廃棄を半減させるなどの目標が設定され、世界的にも関心を持たれています。食品ロスの問題について、家族で考えてみましょう。



日本の1年間の食品ロス 約464万トン

日本の食品ロスは1年間で約464万トン（令和5年度の推計値）です。食品メーカーや飲食店などからは約231万トンが、一般家庭からは約233万トンが発生しています。日本は多くの食べ物を輸入していますが、その一方で、大量の食べ物を捨てているのです。

毎日お茶わん1杯分のごはんを捨てていることと同じだよ。



※令和5年度の推計値です。毎年の食品ロスの推計値は農林水産省・環境省から公表されます。

自分でできる！ 家族と取り組む！ 食品ロスを減らす工夫

家庭の食品ロスを減らすためには、必要なものだけを買う、余った食材や料理は別の料理に活用して食べきるようにします。また、加工食品の期限表示を正しく理解することが大切です。家族で協力して取り組みましょう。



◆買い物のときのポイント！

- ①買い物前に、家にある食材をチェックする
⇒メモ書きや携帯・スマホで撮影し、買い物時の参考しよう
- ②使う分、食べられる量だけ買う
⇒まとめ買いを避け、必要な分だけ買って、食べきる
- ③期限表示を知って、賢く買う
⇒利用予定と照らして、期限表示を確認しよう



すぐに使う予定の食材は、お店の食品棚の手前からとるようにしよう

消費期限

品質の劣化が早い食品に表示される「安全に食べられる期限」。期限をすぎた場合は、食べない方がよいでしょう。



賞味期限

品質の劣化が比較的遅い食品に表示される「おいしく食べられる期限」。期限をすぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。



※消費期限や賞味期限は未開封の状態です。一度開封したら早めに食べましょう。

◆◆◆ 今月の給食から ◆◆◆

- 十五夜こんだて 6日(月) 団子汁
- 目の愛護デー 10日(金) レバニラ炒め、ブルーベリーゼリー
- ハロウィンこんだて 31日(金) かぼちゃひき肉フライ
- よい食べ方マナー習得チャレンジ 今月のめあて「正しいはしの持ち方をしよう」