



今年は10月になっても残暑が続きましたが、朝晩は気温が下がりこれからが秋本番です。秋は「〇〇の秋」といわれるように、スポーツや芸術など、様々なことに取り組むのに適した季節です。食べ物もおいしい実りの秋、みなさんはどんな秋を過ごしますか。



食べ物をむだにしていますか？



10月は国が定める「食品ロス削減月間」です。食品ロスとは、まだ食べることができるのにゴミとして捨てられてしまう食品のことで、日本では1年間で640万トンを超える量が発生しています。このうち約半分は家庭からのものであり、私たち一人ひとりが食品をむだにしないように意識して取り組む必要があります。

☆なぜ、食品ロスを減らすの？

地球を守るため



食べ物を作るときには、たくさんの水が使われ、地球温暖化の原因である二酸化炭素などを出します。また、ゴミになった食品を処理する時も二酸化炭素などが出ます。食品ロスを減らすことは、水や二酸化炭素などの量を減らし、地球を守ることに繋がります。

もったいないから



「もったいない」という言葉があります。食べ物をむだにしないで食べること、生き物の命や作ってくれた人への感謝の心、物を大切にすることを表すことができます。また、食べ物を大切にすることで、作る時にも買う時にもかかっているお金もむだにしないですみます。

☆食品ロスを減らすためには何ができる？



残さず食べる！

家でも学校でも、用意された食事はおいしく残さず食べましょう。食べる前に自分で食べきれぬ量を考えて調節することも大切です。



必要な分を買う！

家にある食料をチェックして、必要な分を買って、食べないまま捨てることのないようにしましょう。



食材を使いきる！

料理をするときは、食べられる部分まで捨てないように気をつけて、工夫して食材を使いきるようにしましょう。



買い方を考える！

すぐに食べる食品なら、消費期限や賞味期限の近いものを買うことで、お店から出る食品ロスも減らせます。

中学生が職場体験にやってきました！

9月18、19日の2日間、一中2年生の宇井太一さん、石毛佑季さん、鎌形祐介さんの3名が職場体験にやってきました。献立をたてたり、調理を行ったり、栄養士と調理員の仕事を体験しました。

【献立作成】



カルシウムは足りるかな？

【宇井太一さんの感想】

普段学校で食べている時は、完食しようとは思っていなかったけど、今後は作ってくれた人の苦労を考えながら残さずに食べようと思います。

【石毛佑季さんの感想】

給食がどのようにできているかがよくわかりました。これからは、残さずきれいに食べたいです。

【煮物作り】

お、おもっ…



【主菜作り】



幼稚園と小学校の主菜1870個を作りました！

【鎌形祐介さんの感想】

毎日違う献立で、栄養面だけでなく食べやすさにも配慮していることがすごいなと思いました。

普段何気なく食べている給食ですが、今回の体験を通して、給食を作る大変さや楽しさを感じてもらえたことと思います。

3人が考えた献立は、11月下旬に登場します。お楽しみに！

【味の最終チェック】



3人で一生懸命考えました。残さず食べてくれるとうれしいです！

