

食育だより

10月号



かみやまちょうがっこうきゅうしよく
神山町学校給食センター

食べ物を大切にしよう ~10月は「食品ロス削減月間」です~

○食品ロスとは…?

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523万トン（令和3年度推計値）もの食品ロスが発生しており、これは日本人1人あたりお茶碗1杯分の食べ物を毎日捨てていることとなります。

＼もったいない！／



私たちに
できること？

食品ロスを減らすコツ

食品ロスを減らすために、私たちにできることは何か考えてみましょう。



★おいしく食べきるための買い物を意識しよう！



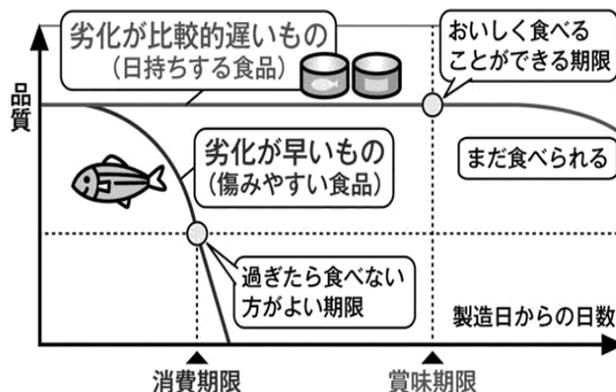
賞味期限：「おいしく食べることができる期限」
比較的日持ちする食品に表示される。

（カップめんや缶詰など）

消費期限：「過ぎたら食べない方がよい期限」
傷みややすい食品に表示される。

※いずれも未開封の状態のものなので、
開けたら早めに食べましょう。

消費期限と賞味期限のイメージ



- 家にある食材をチェックし、使い切れる分だけ買う
- すぐに食べるものは、消費期限・賞味期限の近いもの（商品棚の手前のもの）を買う

★食べ残しを減らそう！

1人が残す量がたったひとくちだったとしても、それが集まるとたくさんの量になります。食べ物を残してしまう理由はいろいろあるかもしれませんが、好きさらいで食べ残すことを減らせるよう、少しずつでも食べてみましょう。



10月20日（金）に予定している「ブルーベリー入りお茶マフィン」は、神山中学校1年生が5月のお茶摘み体験で摘んでくれたお茶を使用します。ブルーベリーは神山町の農家さんが育ててくれたものです。お楽しみに♪（献立表に★がついています）