



食の視点から考えるSDGs

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。

学校給食におけるSDGs 給食ではこんなことに取り組んでいます！

栄養バランスを考えた献立を提供しています。



切り方や味付けの工夫をしながら、苦手な食品を取り入れています。

安心して食べられるよう衛生的に調理しています。



野菜も上手に切って捨てる部分を減らしています。



地産地消を推進しています。



町内の農家から、旬の野菜を直接購入しています。春には、そら豆のさやむきなど体験活動を行います。

みんなで同じものを食べるができます。



給食時間にできるSDGsの取り組み 一人ひとりが意識してみよう！

自分が食べられる量を考え、食べる前に調整します。



子どもたちは一人一人身長も体重も違います。



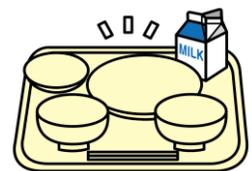
給食から、バランスのよい食事について学びます。



食器を大切に使います。



食べられる人は、なるべく残さず食べます。



学校給食では、子どもたちの体格に合わせた栄養量を計算し給食の分量を決めています。無理に食べさせたり、おかずが好きな子どもがたくさん食べることで残食を少なくしたりすることもしていません。

食品ロス削減だけを考えれば、子どもが好きな献立だけを出していればよいでしょう。しかし、子どもたちは今、まさに成長の途中です。いろいろな食べ物や料理に出会い、必要な栄養を過不足なくとり、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ながら、食育を進めていきたいと考えています。

家庭でも、食品ロスを減らすためにできることはないか、家族みんなで考えてみましょう。



冷蔵庫の残り野菜でできる！
食品ロス削減メニュー

【ミネストローネ】

作ってみませんか

<作り方>

<材料(4人分)>

ベーコン	1枚	ケチャップ	大さじ1杯
にんじん	1/2本	砂糖	小さじ1/2杯
玉ねぎ	中1/2玉 A	みりん	小さじ1杯
じゃがいも	1個	塩・こしょう	少々
セロリ	10cm	顆粒コンソメ	小さじ1/2杯
にんにく	1かけ	水	500ml
トマト	大1個	麦みそ	大さじ1杯
サラダ油	大さじ1杯		

1. ベーコンは短冊切り、にんにくはみじん切り、トマト、じゃがいも、にんじん、玉ねぎは8mmの角切り、セロリは薄くスライスする。
2. 鍋にオリーブ油を引き、にんにくを香りが出るまで炒めたら、ベーコン、セロリ、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、トマトの順で炒める。
3. 水を加えて煮立たせたら、あくをとりながら中火で10分ほど煮る。
4. Aを加えてから、味がなじむまで少し煮て、仕上げに麦みそを溶き入れたらすぐに火を止めて完成。