



令和 7 年 1 0 月 号
(毎月 19 日は食育の日)
船橋市立古和釜小学校
おうちのひととよんでください

気持ちの良い秋空が広がる季節になりました。一日の寒暖差が大きいこの時期は、体調も崩れがちになります。丈夫な身体づくりをするためにも、栄養バランスのとれた食事をとるように心がけましょう。秋は多くの食べ物が旬を迎えます。実りの秋に感謝して、おいしい秋の味覚を楽しみましょう。



大切にしたい【もったいない】の心



「もったいない」という言葉には、物を最後まで大切に使う、食べ物を残さず食べるといった、日本人が昔から大切にしてきた心が詰まっています。ところが近年、まだ食べることができる食品を捨ててしまう「食品ロス」が問題となっており、2020（令和 2）年度は約 522 万 t と推計されています。※1 これは、世界の食料支援量（2020 年で年間約 420 万 t ※2）の 1.2 倍に相当し、日本人一人当たり、おにぎり 1 個分（約 113 g）の食べ物を毎日捨てていることになります。10 月は国が定める「食品ロス削減月間」、10 月 30 日は「食品ロス削減の日」です。「もったいない」の心を大切に、未来に向けてできることから始めてみましょう。

※1：農林水産省及び環境省「令和 2 年度推計」

※2：国連 WEP による食料支援量

～ 古和釜小学校の食品ロスの取り組み ～

配膳時間を短く

料理はできたとがおいしいです。どのクラスも配膳の時間を短くできるように、みんなで工夫と協力をしています。



献立のねらいを知る

食材についての話や、行事の話、果物の食べ方、給食室で調理している様子などを知る機会となるように、「給食メモ」という名前のおたよりを、毎日クラスに配付しています。食材や料理に対して興味がわき、「食べてみようかな」の気持ちが生えるように心がけています。

次につなげる

教室で食べている様子や返却されたもの確認し、次の献立づくりに生かせるように記録をとっています。教室で食べている様子や子どもたちや先生からの感想を調理員にも伝え、次の給食づくりに生かしています。

10 月の給食紹介

国際防災デー



10 月 13 日は「国際防災デー」でした。給食では、船橋市の市役所で災害時の備蓄食品として保管されていたクラッカーを使用して、「鶏肉のクラッカーあげ」を作りました。



クラッカーを砕く



鶏肉にクラッカーをまぶして揚げる



完成

世界食糧デー



10 月 16 日は「世界食糧デー」でした。食品ロス削減の取り組みで、おからを使用して、「ツナおから丼」を作りました。



おから、ツナ、やさいをいためて、味付け



ご飯の上にのせて、完成