

食品ロスについて考えよう！

10月は食品ロス削減月間です。現在、日本では食品の廃棄や食べ残しが大きな問題です。農林水産省の2018年（平成30年）度の推計によると、食べられるのに捨てられてしまう「食品ロス」の量は、1日1人あたり約130gで、これは茶碗1杯分のご飯の量になります。食べ残しを減らすと生ゴミの減少にもなり、限られた資源を大切にできます。これは地球環境に優しい食べ方にもつながります。

しかしながら、学校では「何が何でも食品ロスをなくそう！」という姿勢で取り組んではいません。コロナ禍の単一献立のパック詰め給食のためおかわり制度も現在は行っておらず、どうしても毎日残食が出てしまいます。食品ロス削減だけを考えれば、人気メニューだけを出していればよいでしょう。しかし、中学生は成長のまったただ中であり、いろいろな食べ物や料理に触れて必要な栄養素を過不足なくとり、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途中といえます。そうした食事へ向かう姿勢の1つとして、食品ロス削減の観点も大切に、食べ物を大切にする気持ちはいつももっていたいですね。



【給食室の様子】～コロッケ 300 個を作る話～



「ここにコロッケのたねが30kgあります。これを均等に分けて、300個のコロッケを作るにはどうしますか？」

算数の文章問題のようですが、給食を作る調理員さんは常にこのような問題に向き合っています。写真は、先日「おからコロッケ」を提供したときの調理の様子です。この問題には正解はありませんが、この日の調理員さんは30人分（30kg）を量り、それを30等分して作っていました。均等に分けることも大切ですが、皆さんの給食時間に間に合うようにスピード、安全に確実にできるかという観点も大切です。当初からこのやり方をしていたわけではなく、何度か試すうちにこのやり方にたどり着きました。調理業務は体だけでなく、頭も使わないとできない仕事だと実感しました。こうした調理員さんの知恵と工夫があって給食は成り立っています。

今は嫌いでも、いつか好きになれるかも？！



9月6日、夏休み明け最初の給食の日。普段よりもたくさんの残食が出てしまいました。原因の多くは苦手な人が多い「レバー」だったからでしょう。他にもししゃもなど骨ごと食べる魚や、なす、きのこなどがメニューにある日は完食できない人が多くなります。

私（栄養教諭）も中学生の頃、レバー、ししゃも、ゴーヤが苦手でした。しかし大学生になったとき、苦手だった食材にチャレンジしてみるととってもおいしく感じ、すごくびっくりしたことを覚えています。この体験以降、苦手だった食材は私の好きなものになりました。今では好んで積極的に食べています。

人の好みは変わります。今苦手なものでも、ある日突然好きなものになるかもしれません。給食では、たくさんの食経験をしてもらうため、同じ食材でも調理の方法や味付けなどを変えてようとしています。中学生のうちに、苦手な物を好きにはなれないかもしれませんが、苦手なものにも挑み続けてほしいです。