

しょくいくだより

令和6年10月

京田辺市学校給食委員会

まだ食べられるのに、捨てられてしまう食品を「食品ロス」と言います。農林水産省の推計によると、令和4年度は、食品ロスが約472万トンありました。

毎年10月は「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」です。そして、10月16日は、国連が定める「世界食料デー」です。この機会に、食品ロスについて考えてみませんか？

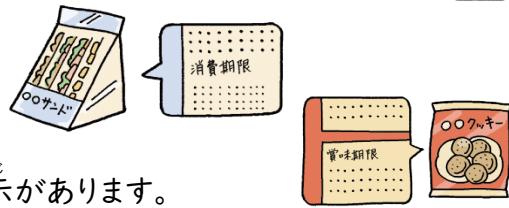
食品ロス
削減

自分でできることを考えてみよう！

ひとりひとりの心がけが、食品ロスを減らすことにつながります。
自分にできることを考え、実践してみましょう。



食品は、「期限」を確認しよう！



食品には、「消費期限」か「賞味期限」の表示があります。

消費期限は「安全に食べられる期限」、賞味期限は「おいしく食べられる期限」です。賞味期限は、すぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。しかし、できるだけ賞味期限内に食べきれるように、期限の短いものから食べましょう。

また、すぐに食べる食品は、期限の長いものから買うのではなく、食品棚の手前に並べられているものから（期限の短いものから）買いましょう。

料理を食べきろう！

料理を作るときは、食べきれる量を作りましょう。作りすぎたら、翌日は味つけをかえるなど、アレンジすると、あきずに食べられます。



食材の捨てすぎに注意しよう！

食べられるところまで捨てていませんか？野菜の皮できんぴらを作ったり、皮つきのままスープに入れたり、工夫しましょう。





し 知ってる？ S D G s



えすでいーじーず
S D Gsとは、Sustainable Development Goals(持続可能な開発目標)の略です。誰もが平和で豊かに暮らしていける社会をつくりたいこうと、国連で「17の目標」が決められました。S D Gsは、地球で暮らし続けていくために、みんなで取り組む目標です。

エコクッキング



みかんを皮ごと使った
まるごとみかんジャム

目標 12「つくる責任 つかう責任」

りょうり
料理をするときは、環境のことを考えて工夫しましょう。



かわ
皮ごと
りょうり
料理する

みず
水を出しっぱなし
にしない



なま
生ごみは
みず
水をきる



れいぞう
冷蔵庫の開け閉
めは少なくする



ちさんちしよう 地産地消



「まるごときょうとのひ」献立
この日の給食の食材は、
すべて京都府産です。

目標 13「気候変動に具体的な対策を」

じ もと
地元で生産されたものを地元で消費することを「地産地
消」と言います。食材を運ぶ距離が短くなるため、必要な燃
料や外に出される二酸化炭素の量が少くなり、環境にやさ
しいです。地元の食材にも注目してみましょう。

じょくいく 食育×クイズ レッツ！ しょくいくクイズ



「食料自給率」とは、その国で食べられる食料が国内でどのくらい作られているかを
割合であらわしたものです。日本の食料自給率は、何パーセントでしょうか。

① 38パーセント

② 68パーセント

③ 98パーセント



日本は約38%、世界は約68%、中国は約98%の食料自給率です。

【Q】何パーセントですか？