

食育たより

家庭数

令和6年10月15日
長崎市立橘小学校
栄養教諭 安永 No.7



10月
食品ロス削減月間



10/16「世界食糧デー」
10/30「食品ロス削減の日」

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、2024年度日本の食品ロス量は約472万トンと推計されています※1。日本人1人当たり、おにぎり1個分（約103g）の食べ物を毎日捨てていることになります。「もったいない」の心を忘れずに、未来に向けてできることから取り組みたいですね。

※1：農林水産省「令和4年度推計値」

食品ロス削減

3つのコツ

みんなでチャレンジ！

SDGs

あとひと口食べよう！



1 買い過ぎない

家にある食材をチェックし、使い切れる分だけ買う。

2 作り過ぎない

家族の予定や体調を考慮し、食べ切れる分を調理する。

3 食べ残さない

作った料理は早めに食べ切る。

10月7日は「長崎くんち料理」と「1年生交流給食」

10月7日(月)は長崎くんちにちなみ秋の味覚をふんだんに使った「くんち料理」でした。この日は、1年生の「シニアクラブ交流給食」もあり、にぎやかな給食時間となりました。食材の名前あてクイズをしながら食べる姿もあつたようです。

食べ残しは、おにぎりいくつ分？



くんち料理は、悲しいことに残食がとて多かったです。

さといも・栗・れんこん・ごぼうなどの入った「秋野菜の煮物」大根とにんじんの「紅白なます」和歌山県産「柿（刀根柿）」は、食べ慣れない食材が多かったようでした。

秋野菜の煮物と紅白なますの残食量

合計8.8kg（おにぎり約88個分）

※おにぎり1個100gで計算

6年生ありがとう！

6年生は「もったいないの心」を大切に、ほぼ毎日完食です。



※裏面もごらんください。



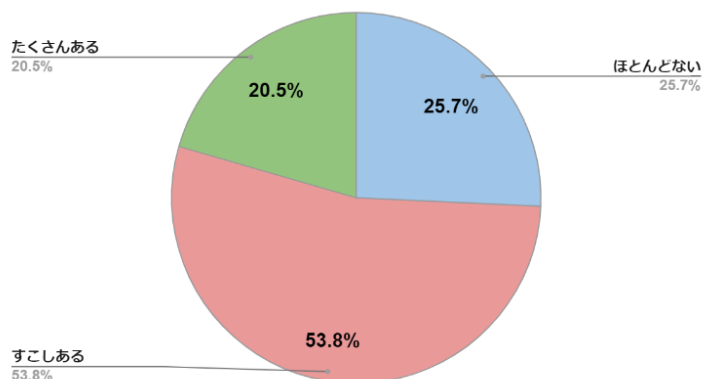
「この食べ物の名前はなんでしょう？」

橘小 食生活アンケートの結果①

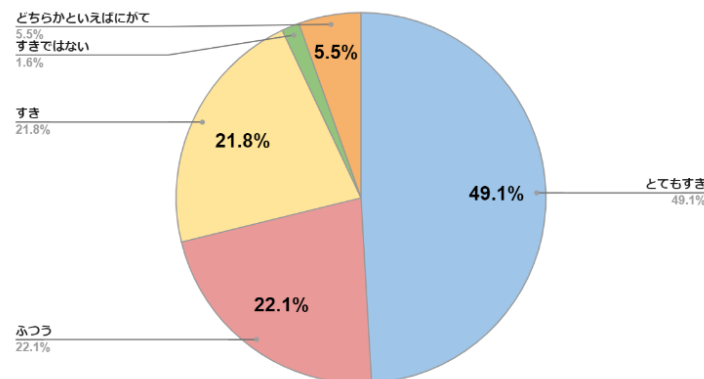


がっきまつ たちばなしょうぜんこうじどう じっし しょくせいかつ けっか じかい しょうかい
1学期末、橘小全校児童に実施した、食生活アンケートの結果です。次回のおたよりでも紹介します。

⑧好ききらいは、ありますか？



⑪給食は好きですか？

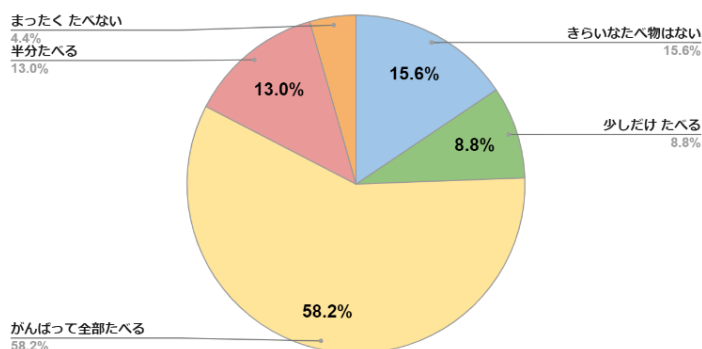


きゅうしょく 給食を「とてもすき(49.1%)」「好き(21.8%)」と回答した児童の合計70.9%(R5年度 67.8%)

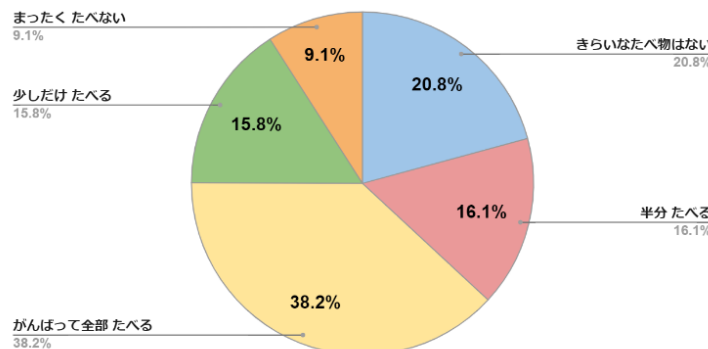
「どちらかといえばにがて(5.5%)」「好きではない(1.6%)」と回答した児童の合計7.1%でした。(R5年度 8%)

さくねんど ひかく 昨年度と比較すると、給食を「とてもすき・すき」と回答した児童が増えています。

⑨学校できれいなものが出たときは、どうしますか？

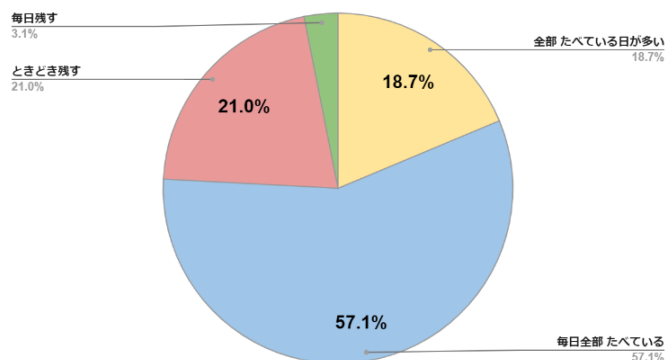


⑩おうちできれいなものが出たときは、どうしますか？

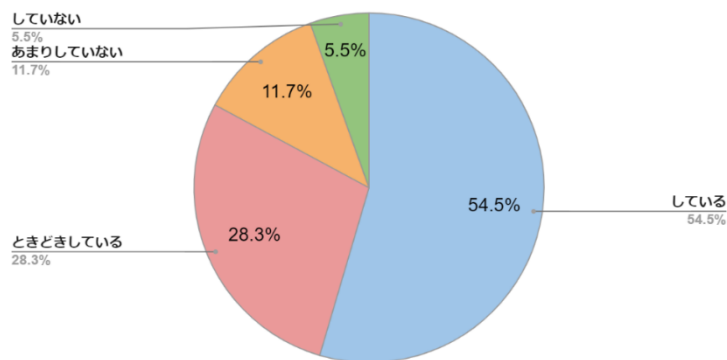


「まったく食べない」は、学校4.4%に比べ、お家9.1%でした。給食では苦手な食べ物も少量でも食べようとする児童が多いようです。また「お家できれいな食べ物は出ない」という声もよく耳にしました。

⑫給食を残さず食べていますか？



⑬健康を考えて食事をしていますか？



「毎日全部食べている 57.1%」「全部食べている日が多い 18.7%」の回答合計75.8%、毎日残す児童は 3.1% (R5年度は 4.2%) でした。まったく食べようとしない子もいますが、一口ずつでも食べられるよう声掛けしています。