

ぱくぱく通信 No. 6

上尾市立大石北小学校

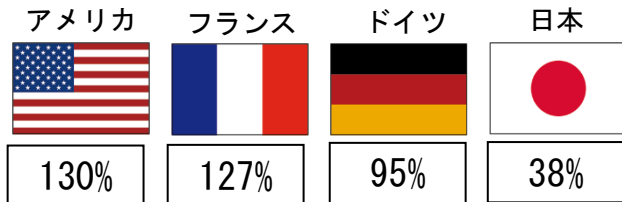
食育担当

令和4年9月26日

10月16日世界食料デーです。SDGsの取組でも、食料問題については触れられていて、「2. 飢餓をゼロに」と「12. つくる責任つかう責任」に深く関わっています。



世界の食料自給率くらべ



日本の食料自給率（カロリーベース）は、38%です。世界の食料自給率とくらべてみると、アメリカは130%、フランスは127%、ドイツは95%で、日本は先進国の中でも最低の水準です。

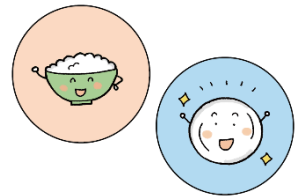
※日本は2017年度、そのほかの国は2013年の値。 出典 農林水産省「平成29年度食料需給表」

食料自給率をアップさせるために私たちができること

地元でとれた食材を積極的に購入しよう。

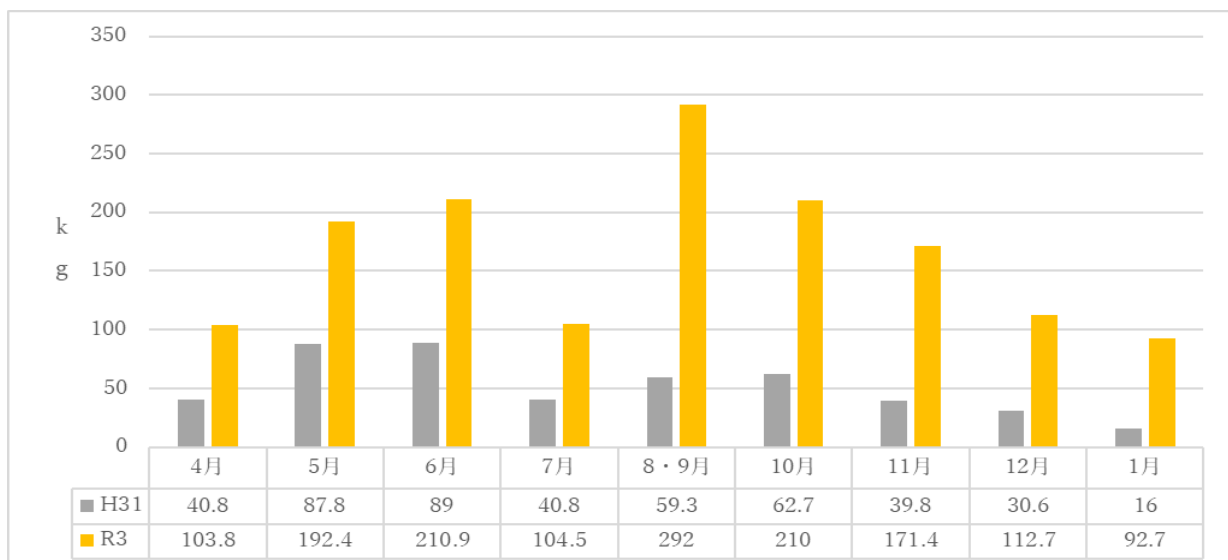


和食を中心にバランスよい食事をとって、食べ残しをなくそう。



一方で、食品ロスも日本では深刻な問題となっています。令和2年度は約522万tもの食品が廃棄されると推計されています。これは、日本人1人当たり、おにぎり1個分（約113g）の食べ物を毎日捨てていることとなります。

先日実施された学校保健委員会でも触れた内容ですが、本校の学校給食も食品ロスとなっています。下の図は給食の残食量（全体）の比較です。平成31年度（左）と令和3年度（右）を比べると残食量がとても増えていることがわかります。新型コロナウイルスによる様々な影響はあると思いますが、子供達に必要な摂取量で作られた給食がこれだけ残ってしまっていることが現状です。



栄養摂取基準量が満たされるようにつくられた献立をもとに、給食は調理されています。
 学校では個々の実態に応じて「好き嫌いをなくそう」「残さず食べよう」と、食べ物を大切に
 する心を育てるために、給食指導中は声をかけています。
 ご家庭でも、給食がたくさん残って捨てられてしまっていることをお話いただき、食品ロスにつ
 いて話題にあげてみてください。

学校保健委員会の様子

学校医の先生をお迎えし、「コロナ禍前と後の子供達の健康を考える」をテーマに、体力面や保
 健、食育についての現状をお話させていただきました。
 ご参加いただいた PTA の皆様からも様々な感想をいただきました。ありがとうございました。



大切にしたい もったいないの心

10月は国が定める「食品ロス削減月間」です。
 「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んでみませんか。

食品ロス削減 3つのコツ

<p>1 買い過ぎない</p> <p>家にある食材をチェックし、使い切れる分だけ買いましょう。</p>	<p>2 作り過ぎない</p> <p>家族で食べきれぬ分量を考え、作るようにしましょう。</p>	<p>3 食べ残しをしない</p> <p>作った料理は食べ切るようにしましょう。</p>
--	---	---