



10月給食だより



令和6年度
松陵中学校

10月の目標 食品ロスについてかんがえよう



少し涼しくなってきた、秋を感じられるようになってきましたね。秋は1年の中でも特に過ごしやすい季節と言われています。「読書の秋」「スポーツの秋」の言葉があるように、いろいろな事にチャレンジできるといいですね。そして、「食欲の秋」もあります。きのこや果物や魚など、秋が旬のおいしい食べ物がたくさんあります。秋の恵みに感謝していただきましょう。

日本の食品ロスは年間472万トン

毎日1人
おにぎり1こ分くらい

※農林水産省及び環境省「令和4年度推計」

食品ロスとは、まだ食べることができるのに捨てられてしまう食品のことをいいます。わたしたちの食べ残しや、消費期限が過ぎてしまった食品など、家庭や飲食店で毎日のように捨てられています。これは一人あたりが毎日お茶碗1杯のご飯を捨てているのと同じ量です。食品ロスが増えると、ごみが増えます。それを燃やすことで二酸化炭素の排出量が増えるなどさまざまな悪影響がでてきます。食品ロスを減らすことでSDGsの目標も達成に近づくことができます。



つくる人もつかう人も「自分だけよければいい」と
思うのではなく、みんなが幸せになるように考えて行動しましょう！



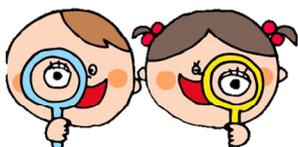
- 必要な分だけ買う
安いから！流行っているから！といった理由で購入していませんか？本当に必要か考えてみましょう。
- 食事を残さずに食べる
体調などを考えて、自分が食べられる量をしっかりと判断していただきましょう。
- 期限表示を正しく理解する
賞味期限が過ぎたからといって捨てていませんか？消費期限との違いを理解しましょう。
- すぐに使うなら、手前の商品を買う
すぐに使う場合は消費期限の近いものから選びましょう。



10月10日は 目の愛護デー

なぜ10月10日が目の愛護デーと言われているか
知っていますか？10と10を横にしてみると人の目と眉にみえるからだそうです。この機会に視力を測るなど自分の目について考えてみましょう。

- 目に良い食べ物
- ・ブルーベリー・ぶどう・なす
 - ・にんじん・かぼちゃ など...

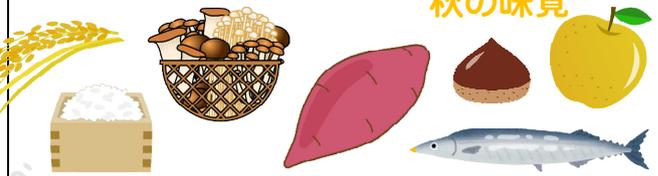


給食にはブルーベリーゼリーが出るよ！お楽しみに♪

10月31日は ハロウィン



ハロウィンというと魔法使いやおばけに仮装するイベントのイメージが強いかもしれませんが、もともとは秋にとれる作物の**収穫祭**です。秋の味覚の収穫をお祝いしましょう。



秋の味覚