

10月食育だより

2025年



10月は「世界食料デー」月間です

10月16日は「世界食料デー (World Food Day)」。

国連が制定した、世界の食料問題について考える日です。世界では、すべての人が十分に食べられるだけの食料が生産されているにもかかわらず、飢餓の問題はまだ解決されていません。さらに近年の紛争、異常気象、経済の悪化などで世界では6億7,300万人(2024年)が飢餓に直面しているそうです。一方、まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことを「食品ロス」といいますが、日本ではこの食品ロスが、2023年度では年間464万トンと推定されています。1人あたりにすると1日約102g、1年で約37kgにもなるそうです。

この機会に、私たちが毎日食べているものはどこから来ているのかについてよく知り、自分たちが食べ物を無駄にしないためにどうすべきかを考えてみましょう。



写真は8月29日の給食センターの残菜



SDGsでも、2030年までに「飢餓をゼロに」することが目標の1つになっています。

秋を楽しむお月見の行事

昔から、秋は1年のうちで最も月がきれいに見える季節とされ、昔の暦で秋の真ん中にあたる8月15日の十五夜の月を「中秋の名月」と呼んで、月を鑑賞するお月見の行事が行われてきました。また、この時期に里芋が収穫されることから、里芋をお供えしたり、料理を食べたりする風習があり、「芋名月」ともいいます。



10月10日は「目の愛護デー」!

ビタミンAを含む食品を意識してとりよう!

にんじん かぼちゃ ほうれん草 レバー うなぎ

ビタミンAは油と一緒にとると吸収がよくなります。

トライやるウィーク ～ 清陵中学校 ～

9月8日～12日まで中学2年生の4人が給食センターで働いてくれました。お汁やサラダ、さけフライのパン粉付けなどの調理、配送、食器の洗浄や片付けなどで、活躍してくれました。暑い中でしたが、元気に取り組んでくれました。



元気に「いってきます!」

「さけフライを作っています!」



チームワークもばっちり!



食べ物の働きを知ろう ～ 猪名川小学校3年生 ～

9月10日、給食を使った食育の授業を行いました。毎月配布している献立表に、食べ物の働きを○△□で表しています。ご存じでしょうか? 前日、当日の献立を使って、3つの働きに分ける学習をしました。赤・黄・緑のグループ分けをした栄養列車を色塗りし、学習後の給食では、子どもたちからは「この食品は緑の仲間だ。」という声があがるなどいつもより食べ物に関心を持って食べていました。

えいようれっしゃ



赤・黄・緑のどのグループに入るのかな?