

# 9月食育だより

令和6年9月19日発行  
 岩沼西小学校  
 文責 栄養教諭 田口 祥子

夏休みが明けて約3週間が過ぎました。9月は暦の上では秋ですが、日中はまだ暑さを感じます。夏の疲れから体調を崩しやすい時期です。毎日、「早ね・早起き・朝ごはん」を心掛け、元気に過ごせるようにお子様にお声掛けください。

## ◆ 10月の給食目標

## 食品ロスについて考えよう



### 大切にしたい「もったいない」の



「もったいない」という言葉には、物を最後まで大切に使う、食べ物を残さずに食べるといった、日本人が昔から大切にしてきた心が詰まっています。しかし、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」が問題となっています。

10月は国が定める「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」です。また、10月16日は国連が定める「世界食糧デー」です。「もったいない」の心を忘れずに、一人一人ができることから取り組んでみませんか？

【日本で廃棄されている食品は年間523万トン】

【食品ロス削減3つのポイント】

※R3年度農林水産省及び環境省推計



- ① 買い過ぎない
- ② 作り過ぎない
- ③ 食べ残さない

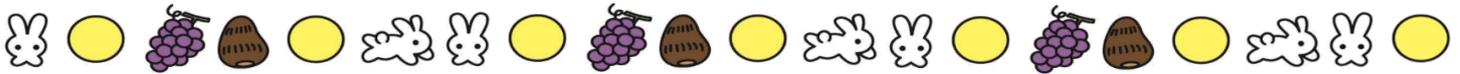
日本国民全員が毎日おにぎり1個分を捨てています

【西小の給食で1日当たりに捨てられている量】

※R6年度4～7月平均残食量

主食	茶碗 約50杯分
主菜	肉の切身 約70人分
副菜	和え物 約130人分
汁物	お椀 約100人分
牛乳	200mlの牛乳 約60本分

西小で毎日捨てている給食の量を見て、みなさんはどう感じたかな？  
 食品ロスを少しでも減らせるように、自分にできることを考えてみよう。



## ◆ お知らせ

来週から、管理栄養士、栄養教諭等を目指す実習生が来ます。よろしくお願ひいたします。

- 【期間】 ①9月24日(火)～9月30日(月)・・・奈良女子大学 3年 村山 りのさん(本校卒業生)  
 ②9月24日(火)～10月7日(月)・・・仙台大学 4年 青木 裕美さん、猪股 咲耶さん

