



食育だより



令和5年度 No.5 (10月発行)
潮来市立学校給食センター

秋の気配が増し、過ごしやすい季節になりました。スポーツの秋、読書の秋、芸術の秋など様々な秋を楽しめますね。しかし、朝晩の気温の差も大きくなっていくので、体を冷やして風邪などをひかないように、体調管理も気をつけましょう。



SDGsと食品ロス～私たちにできること～

様々な場面で話題となっている、持続可能な開発目標 (SDGs: Sustainable Development Goals) が学校教育でも取り上げられています。10月、食品ロス削減月間や飢餓、食料問題を考える「世界食料デー」(10月16日)月間でもあります。持続可能な食を営むために、私たちができることは何か、考える機会にしたいと思います。

SDGsとは

SDGs(Sustainable Development Goals: 持続可能な開発目標)は、「誰一人取り残さない(leave no one behind)」持続可能でよりよい社会の実現を目指す世界共通の目標です。2015年の国連サミットにおいて全ての加盟国が合意した「持続可能な開発のための2030アジェンダ」の中で掲げられました。2030年を達成年限とし、17のゴールと169のターゲットから構成されています。



目標2 [飢餓]

飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養の改善を実現し、持続可能な農業を促進する



目標12 [持続可能な消費と生産]

持続可能な消費生産形態を確保する

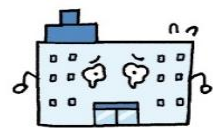
日本の1年間の食品ロス 約523万 トン

日本の食品ロス(本来は食べられるのに捨てられてしまう食品)は1年間で約523万トン(令和3年度推計値)です。これは、2020年の世界の食料援助量(約420万トン)の1.2倍に相当します。食料自給率が低く(令和4年度カロリーベースで38%)、海外からの輸入に頼っている一方で、多くの食品が廃棄されています。食品ロス削減は、世界中の飢餓で苦しんでいる人を助けることとなります。また食料生産時に必要となるエネルギーや水の節約にも繋がります。

国民全員が毎日おにぎり
1個(114g)を捨てている!



食品メーカー
などの食品ロス



約279万トン

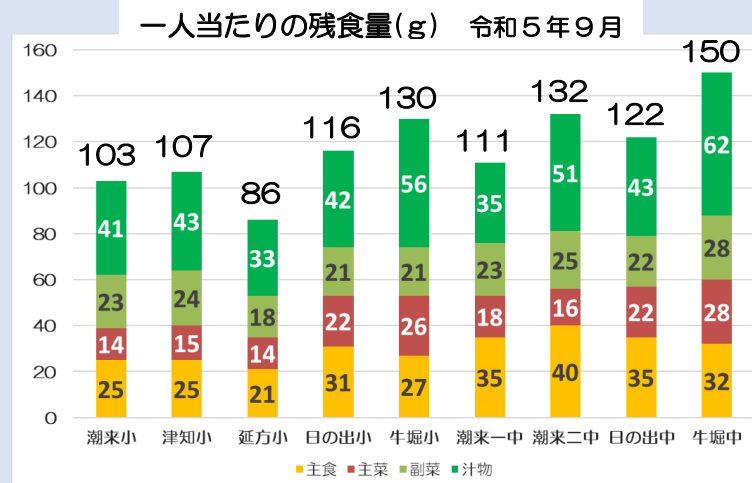
家庭の
食品ロス



約244万トン

(農林水産省 令和3年度推計値)

潮来市内の給食における現状



左のグラフは、先月における一人当たりの残食量を示したものです。学校間で差はあるものの、1日で100g前後の残食があります。

残食があるということは、必要なエネルギーや栄養素が摂取できないことになります。また食品や生産者・調理員等の労働も無駄にしてしまいます。

「もう一口」でも、みんなで実践すれば大きな力になります。自分のために、環境のために、給食に関わる人のために、今日から行動してみませんか?

似ているけれど、全然違う!

消費期限 と 賞味期限

消費期限

品質の劣化が早い食品に表示される「安全に食べられる期限」。期限をすぎた場合は、食べない方がよいでしょう。



賞味期限

品質の劣化が比較的遅い食品に表示される「おいしく食べられる期限」。期限をすぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。



※消費期限や賞味期限は未開封の状態です。一度開封したら早めに食べましょう。

食品ロス削減チェックシート

- 「食品ロス」という言葉・意味を知っている。
- 「賞味期限」と「消費期限」の違いを理解している。
- 買い物に行く前に冷蔵庫の中を確認している。
- 冷蔵庫等に期限切れ食品がないかチェックしている。
- 安売りの商品も必要以上に買わない。
- すぐに食べるものは、「手前どり」をしている。
- 買った食材は使い切っている。
- 作った料理は残さず、食べきっている。
- 外食時は食べきれない量を注文している。
- 「ローリングストック」※をしている。

※食材や加工品を多めに購入、普段の食事で古い物から使い、使った分だけ買い足すことを繰り返す防災法です。

