



きゅうしよくだより

冬休み号

平成24年12月
厚木市立上依知小学校

長かった2学期の給食も無事終了しました。今年はノロウイルスが大流行、と報道されていたのでびくびくしていましたが、上依知小ではそんなにかかるとも多くなくてホッとしました。冬休みに入っても、手洗い、うがい、栄養バランスのよい食事と十分な睡眠を心がけて、楽しく元気に過ごしてくださいね!!

もったいない!!

~「食品ロス」について考えてみましょう~



日本では、年間1900万トンの食品が捨てられています。そのうち、まだ食べられるのに捨てられてしまうもの、いわゆる「食品ロス」が500万トンから900万トンあると言われています。

日本の食料自給率は40%で、多くの食べものを他の国から買っているのに、国民1人あたりの食べものを捨てる量は、飽食大国のアメリカを抜いて世界一多いと言われています。これから年末年始になると、ごちそうを作ったり食べたりする機会が多くなります。この時期に、「もったいない」という気持ちをもって、このことについて考えてみましょう。

★世界の食糧援助量は約600万トン、なのに・・・

今、地球上には十分に食べるものがない国があります。5秒に1人、食べ物がいないために死んでいく人がいると言われています。それなのに日本では食べものを他の国から買っているが、たくさん捨てています。なぜこんな社会になってしまったのでしょうか?

★食品ロスはどこから・・・?

今、スーパーやコンビニには多くの種類の食料品が売られています。レストランもとてもたくさんあります。とても便利で、食べたいものが好きなだけ食べられる時代ですね。しかし、その陰で、食べ残された料理や、賞味期限切れの食品が大量に捨てられています。こういった流通過程や飲食業界などの事業系の食品ロスは300~400万トンになっています。しかし、一般家庭から出る食品ロスもかなり多く、200~400万トンにもなるそうです。こちらのほうは私たちひとりひとりの心がけで少なくすることができます。

★「見た目」「安全性」にこだわりすぎる日本人

アメリカも食料ロスが多い国ですが、アメリカの食品ロスの原因は飲食店などの料理の量が多すぎることや、まとめ買いする習慣のために買いすぎて捨ててしまうことだと言われています。これに比べて日本では、品質に問題がなくても、「見た目がよくない」「大きさがそろわない」などの理由で、多くの食品が捨てられています。

また、賞味期限内なのに「古いから食べられない」や、「色が悪くなった」などの理由で食べられるのに捨てられる食品も多いそうです。

また、一般家庭での食品を捨てる理由は、「消費期限・賞味期限が切れたため」や「使い切れず余ったため」などがあげられます。



~私たちにできること~

買い物の前に在庫を確認しましょう

安いからといってまとめ買いしたり、在庫があるのに忘れて買ったりすると、使い忘れて捨てるはめになりやすいので、買い物のまえには冷蔵庫の中などをチェックするようにしましょう。

保存方法を工夫しましょう

肉や魚、多く作りすぎた料理などは小分けにして冷凍するなど工夫しましょう。また、食品に適した温度で保管するようにして、ムダに捨てることのないようにしましょう。

消費期限や賞味期限はこまめに確認しましょう

「消費期限」はいたみや使い食品に設定されているので、この期限を過ぎたら食べないほうがよいのですが、「賞味期限」はおいしく食べることのできる期限のことなので、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。

買うときはもちろん、家で保管するときもこまめに確認するようにしましょう。



「粗食給食」について



12月12日(水)に、粗食給食を実施しました。上依知小学校でも、毎日10%程度の残食が出ています。メニューによっては20%以上の残食が出る時もあります。だんだんと減ってきてはいるのですが、まだまだ多い状況です。粗食給食の日をきっかけに、みんなで食事の大切さについて考えてほしいと思い、毎年1回実施しています。

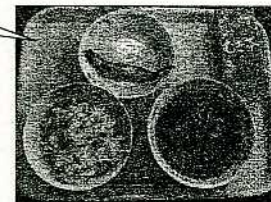
今年のメニューは、麦ごはん、焼きししゃも、野菜汁、麦茶でした。ししゃもは苦手な人が多く、食べるものが少ないこの日にどうかな、とも思いましたが、「食べ物を大事に」という気持ちになってもらえたら、と考え実施しました。

当日はやっぱりししゃもが・・・という人もいましたが、「きれいでがんばって食べよう」と、ほとんどの人がちゃんと食べていました。

また、クラスでは、「今のみんなの生活はとても恵まれていて、世界では食べるものが十分でない国もあるんだよ」といった指導もしていただきました。

おうちでも、「残さず食べようね」の声かけをしていただけたら・・・と思います。

カラーの写真は上依知小のホームページで見られます!



クリスマスにはなぜ「チキン」??



もうまもなく、子どもたちの楽しみにしているクリスマスがやってきます。クリスマスの日に食べるものといったらやっぱり「チキン」ですね。なぜクリスマスにはチキンを食べるようになったのでしょうか?

クリスマスの日に食べるごちそうは国によって違いがあり、北欧の国では骨付きのハムと豚カブのサラダ、オーストラリアでは羊のロースト、クリスマスプディングなどを食べます。アメリカやイギリスでは焼いた七面鳥を食べる習慣があり、アメリカにならって日本でもチキンを食べるようになった、と言われています。日本では七面鳥を食べる習慣はないので、より一般的な鶏肉になったと思われる。

アメリカでは、クリスマスに何を食べるか、ではなく「家族そろって大勢で楽しむ」ことを大切にしているようです。

みなさんはどんなクリスマスをお過ごしでしょうか・・・?



3学期の給食は、

1月11日(金)からはじまります。

1月21日から28日は「給食週間」

1月には給食週間があります。毎日食べている給食について考えたり、作ってくださる調理員さんや給食材料の業者さんに感謝の気持ちをこめてカレンダーをプレゼントしたりします。

また、ちがう学年のお友だちと一緒に給食を食べる「交歓給食」もあります。先生方のおすすめの郷土料理もありますよ!! お楽しみに☆

