

た もの む だ 食べ物を無駄にしていますか？

毎年、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。食品ロスとは、まだ食べられるのにゴミとして捨てられてしまう食品のことで、日本では年間600万トンを超える量が発生しています。この量を国民1人あたりに換算すると年間約47Kgです。1日あたりでは約130gで、ごはん茶碗1杯分の食べ物を毎日捨てていることとなります。食品ロスを減らすために、私たち一人にひとりが食品を無駄にしないように意識して取り組むことが必要です。



なぜ、食品ロスを減らすの？

★ 地球を守るため

食べ物を作るときには、たくさんの水が使われ、地球温暖化の原因である二酸化炭素などを出します。また、ゴミになった食品を処理するときも二酸化炭素などが出ます。食品ロスを減らすことは、水や二酸化炭素などの量を減らし、地球を守るにつながります。



★ 「もったいない」から

「もったいない」という言葉があります。食べ物をムダにしないで食べきることで、生き物の命や作ってくれた人への感謝の心、物を大切にする気持ちを表すことができます。また、食べ物を大切にすることで、作る時にも買う時にもかかっているお金もムダにしないですみます。



食品ロスを減らすコツ

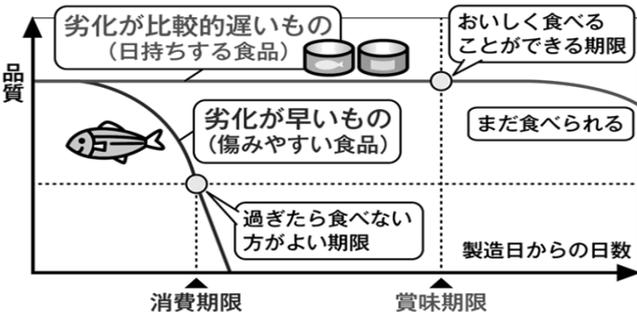
家にある食材・食品をチェックし、使い切れる分だけ買う。



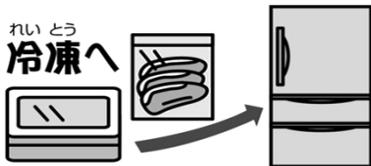
すぐに使うなら、消費期限・賞味期限の近いものを買う。



消費期限と賞味期限のイメージ



新鮮なうちに冷凍するなど、保存方法を工夫する。



冷蔵庫や食品庫の整理整頓をし、何があるか把握しやすくする。



- ① 食品の種類ごとにわける。
- ② それぞれの置く場所を決める。
- ③ 詰めこみ過ぎず、フリースペースを作る。
- ④ ストックのルールを決める。



在庫一掃の日を決めて、残った食材・食品を食べ切る。



献立表は、毎月配布します。必ず目を通していただきお子さんがどんな給食を食べているのか確認してください。また、ご家庭の献立や食生活の参考にご活用ください。

【給食費について】
給食費の指定口座からの引き落としは10月5日(火)です