

# 10月 給食だより

今月の食育目標：  
感謝の気持ちを持って食べよう

いよいよ「実りの秋」本番です。さつまいも、里芋、大根など、今月の給食には  
広野町産の“秋の味”がいっぱい登場します。



## ～町の恵みがいっぱい！給食を食べて広野町を知ろう～

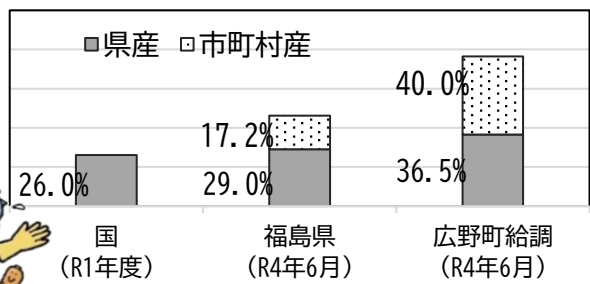
広野町の学校給食では、地場産物(地元で生産された食べもの)を積極的に活用しています。  
新鮮でおいしい地場産物を食べながら、地域の農業や郷土食について学び、自然の恵みや生産者  
の方への感謝の心を育んでいきましょう。



県全体の平均と比べると、広野町では、特に地場産物を多く使っているのが分かりますよ。



学校給食における地場産物活用割合調査より  
(品目ベースの平均値)



※時期や献立内容によって、この数値は変化します。

牛乳：福島県産

### 【ある日の給食献立】

シュウマイ(豚肉)：国産

#### 【マーボー豆腐丼】

- 米：広野町産
- 玉ねぎ：広野町産
- 長ねぎ：広野町産
- にら：福島県産
- 豆腐(大豆)：福島県産
- 大豆ミート：福島県産
- 豚肉、たけのこ、しいたけ
- にんにく、生姜：国産



ぶどう：広野町産

#### 【サラダ】

- キャベツ：広野町産
- きゅうり：広野町産
- おくら：広野町産
- わかめ、ハム：国産
- パプリカ：外国産

地産地消は「食料自給率」アップにもつながるよ！



おいしい食材を育ててくれる、広野町の豊かな自然と生産者の方々のおかげですね！



食料自給率とは、国内で消費される食べものが、どのくらい国産でまかなえているかを示す割合です。日本の食料自給率(カロリーベース)は、38%でした(2021年)。  
日本は、多くの食料を外国から買っているため、気候変動や戦争による食糧危機に、より影響を受けやすくなっています。国内農業の衰退を防ぎ、食料自給率アップのために、みんなが積極的に地場産物を食べ続けることが重要になります。

かつ  
10月は



# 「食品ロス削減」月間 & 「世界食料デー」月間



世界では、現在8億人以上の人が飢えに苦しんでいると言われています。一方日本では、たくさんの食べものを輸入しながら、まだ食べられる食品を大量に捨てています(食品ロス)。一人一人が「もったいない」の気持ちを忘れず、少しずつ食品ロスを減らしていきたいですね。

- ★食品ロス: 食べられるのに捨てられてしまう食べもの。
- ★世界食料デー: 世界が協力して食糧問題(飢餓など)を考える日として、国連によって制定された。



## 「食品ロスを減らそう!」6年生の給食の様子を紹介します



6年生は、5年生のときから毎日、給食の食べ残しをなくすため、給食を全て配りきるようにしています。おかずが余っている時は、みんなで少しずつ増やして、食べきっています。

あまった牛乳も、パックの上を開けて雑ざし、飲みきります。

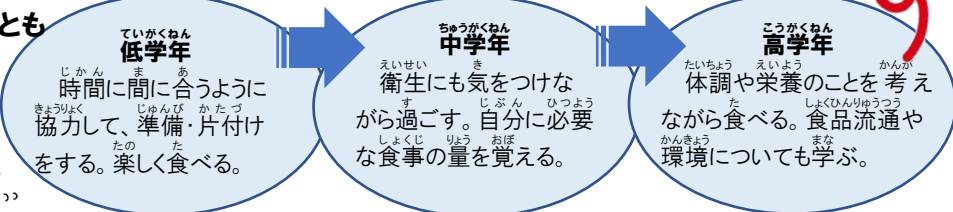


初めは食べるのに時間がかかっていましたが、6年生になった今は、自分の食べられる量を調整したり、協力して分け合ったりしながら、給食時間内に食べきれようになりました。



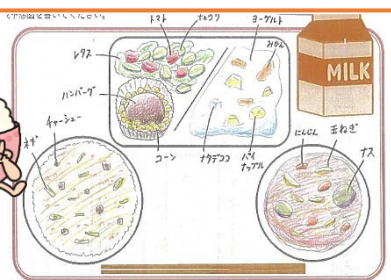
「まずは、自分たちから行動を起こそう!」という思いを持ち、話し合いや工夫を重ねて実行していく姿に、成長を感じます。さすがが広野小のリーダー、これからも頼りにしています!

＊給食では、栄養以外のことも学んでいます。



### 先生のリクエスト献立「秋をのりきれ! SUN SUN ランチ」

保健給食委員会では、1学期の活動として、広野小の先生方からリクエスト献立を募集しました。理由や組み合わせを見ながら、しんけんを選びました。どの先生の献立が選ばれたかは...お楽しみ♪ (選ばれなかった献立も、配膳室前に掲示しますよ! チェックしてね。)



# 10月 給食だより

今月の食育目標：

感謝の気持ちを持って食べよう

いよいよ「実りの秋」本番です。さつまいも、里芋、大根など、今月の給食には広野町産の“秋の味”がいっぱい登場します。味わいながら、食べものの旬を覚えて行きましょう。



## ～町の恵みがいっぱい!給食を食べて広野町を知ろう～

広野町の学校給食では、地場産物(地元で生産された食べもの)を積極的に活用しています。新鮮でおいしい地場産物を食べながら、地域の農業や郷土食について学び、自然の恵みや生産者の方への感謝の心を育てていきましょう。

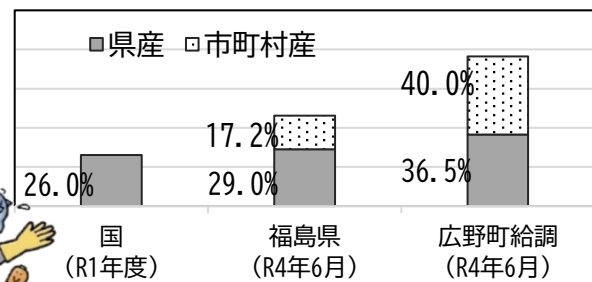


県全体の平均と比べると、広野町が特に地場産物を多く使っているのが分かります。半分以上に地場産物を使っています。



学校給食における地場産物活用割合調査より

(品目ベースの平均値)



※時期や献立内容によって、この数値は変化します。

・牛乳：福島県産

### 【ある日の給食献立】

・シューマイ(豚肉)：国産

#### 【マーボー豆腐丼】

- ・米：広野町産
- ・玉ねぎ：広野町産
- ・長ねぎ：広野町産
- ・にら：福島県産
- ・豆腐(大豆)：福島県産
- ・大豆ミート：福島県産
- ・豚肉、たけのこ、しいたけ
- ・にんにく、生姜：国産



・ぶどう：広野町産

#### 【サラダ】

- ・キャベツ：広野町産
- ・きゅうり：広野町産
- ・おくら：広野町産
- ・わかめ、ハム：国産
- ・パプリカ：外国産

地産地消は「食料自給率」アップにもつながるよ!



地場産物(県産・町産)→国産→外国産の順に、優先して食材を選んでいます。町産食材は、放射性物質検査をして、安全でおいしいものを使います。



食料自給率とは、国内で消費される食べものが、どのくらい国産でまかなえているかを示す割合です。**日本の食料自給率(カロリーベース)は、38%でした(2021年)**。日本は、多くの食料を外国から買っているため、気候変動や戦争による食糧危機により影響を受けやすくなっています。国内農業の衰退を防ぎ、食料自給率アップのために、みんなが積極的に地場産物を食べ続けることが重要になります。

10月

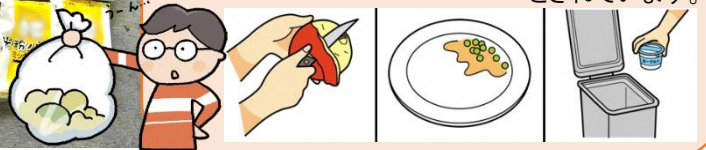
# 「食品ロス削減」月間&「世界食料デー」月間



出典、「平成21年度京都市調査結果」76世帯の3日分の燃やすごみに入っていた手つかずの食品  
写真提供 京都市

左の写真は、73世帯から出た3日分のゴミの一部です。手つかずのまま捨てられているものや、まだ食べられそうな食品がありますね。

- 家庭から出る食品ロスは、おもに、
- ①食べられる部分も捨ててしまう「過剰除去」
  - ②食べきれずに捨てる「食べ残し」
  - ③期限切れ等で手を付けずに捨てる「直接廃棄」とされています。



## “食べれば栄養、捨てればゴミ”です!

給食センターでも、毎日「食べ残し」の食品ロスが出ています。カレーやから揚げの日には、食べ残しが少なくなります。煮物やサラダ、魚料理などは、残念ながら食べ残しが多くなります。

みなさんが給食をしっかり食べること、食品ロスが減るといいなあと思います。



よく見ると、手つかずのパンが捨てられています。食べ残しは、野菜が多いようです。

世界では、現在8億人以上の人が飢えに苦しんでいると言われています。一方日本では、たくさんの食べものを輸入しながら、まだ食べられる食品を大量に捨てています(食品ロス)。一人一人が「もったいない」の気持ちを忘れず、少しずつ食品ロスを減らしていきたいですね。

★世界食料デー:世界が協力して食糧問題(飢餓など)を考える日として、国連によって制定された。

日本の1年間の食品ロス

**約643万トン** (2016年)

世界の食料援助量

**約380万トン** (2017年)

もっちが多い?

## まずは、自分にできること!

### 【給食の時間】

- 自分の分は食べきる。苦手なおかずも、一人分を食べる。
- ◇ 分を食べる。
- 給食当番は、おかずを配りきる。
- 余った分は、みんなで少しずつ分けて食べる。



### 【おうちでは】

- 食べものは、必要な分だけ買うようにする。
- 消費期限・賞味期限を正しく理解する。  
(消費期限は安全に食べられる期間。賞味期限はおいしく食べられる期間。賞味期限は、切れても食べられるものもある。)

### 【給食訪問の様子から】

9月に、中学校の給食の様子を見に行きました。みなさん、落ち着いて給食の時間を過ごしていましたね。ほとんどのクラスでは、当番さんが同じ量になるよう、おかずを配りきっていました。給食は、自分に必要な食品の種類や量を体感し、学ぶ時間です。大切なことですので、今後も続けてください。

最後に、給食当番のエプロンを忘れてしまった人がチラホラ…。給食時間の感染拡大を防ぐために、身仕度を調べて給食当番をする、手洗い消毒をするなど、ご協力をお願いします。

