

※ このおたよりでは、食育の取組や学校給食レシピなどを紹介します。

食育だより

2023年(令和5年)10月2日
福山市立湯田小学校

もいもいキッズ Vol.3

毎年10月は


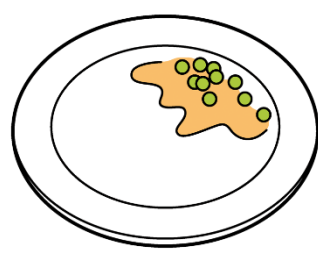

「食品ロス削減月間」

しょくひん

食品ロスって、なに？

「食品ロス」とは、まだ食べられるにもかかわらず、捨てられてしまう食品のことをいいます。

日本では年間523万トン（そのうち家庭からは244万トン）の食品ロスが発生しています。

かじょうじょきよ 過剰除去	たのこ 食べ残し	ちやくせつはいき 直接廃棄
		
やさい 野菜やくだものかわ を厚くむいたり、腐らせ て取り除くこと。	た 食べきれなかったり、 傷んだりして捨てること。	しょうひきげん や しょうみきげん 消費期限 や 賞味期限 がすぎて、手をつけずに そのまま捨てること。

わたしたちの身の回りにはどんな「食品ロス」があるでしょうか。
たとえば、毎日の給食では食べ残しがあります。9月の食べ残しの総量は、**486.68 kg**でした。およそお茶碗**3,244**杯分の食品を捨てている計算になります。

食品ロスが大量に発生することは、食べものを無駄にしていること以外にも、
様々な問題につながります。食品ロスを含めた大量のごみの処理には、お金がたくさんかかったり、ごみを燃やすことによって、地球温暖化の原因となる二酸化炭素の排出が増えたりなど、環境への影響もあります。

「めざせ！食品ロス・ゼロ」川柳コンテスト

(主催：消費者庁 消費者教育推進課)

私たち一人ひとりが食べものを、無駄なく、大切に使うことで、食品ロスの問題解決につながります。みんなで少しずつでも食品ロスを減らしていきましょう。

身の回りで「もったいないなあ…」と感じたできごとや、食品ロスを減らすために生活の中で工夫していることなどを川柳にして送ってください。

●テーマは「食品ロス」です。

「5・7・5」のリズムにあわせて、文を書いてみましょう。

(例)

日本から 世界に広がり 「もったいない」(令和4年度 内閣府特命担当大臣賞)
冷蔵庫 開けてびっくり これいつの？ (令和4年度 消費者庁長官賞)

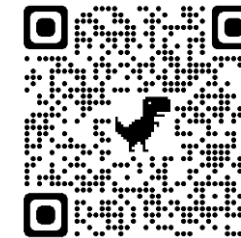


※ きっちり「5・7・5」でなくても良いです。(字余り、字足らずでもOK！)

※ いくつでも応募できます。追加で紙が欲しい人は、職員室前にあります。

応募方法は…

下の紙 または 右のQRコード から！



校内しめきり

10月20日(金)

たくさんのご応募お待ちしております★

きりとりせん

川柳コンテスト

※この紙は、職員室前の箱に提出してください。

年 組 名前

Blank lines for writing the haiku and name.

つくってみよう！ 給食レシピ

ポークビーンズ

【材料】

- 蒸し大豆 100g
- 豚肉 120g
- たまねぎ 1個
- にんじん 1/3本
- じゃがいも 2個
- 油 適量
- 水 1カップ
- 砂糖 大さじ1
- ケチャップ 大さじ2
- ウスターソース 小さじ2
- 塩 少々

【4人分量】

【作り方】

- たまねぎ、にんじん、じゃがいもを角切りにする。
- なべに油を入れ、豚肉をいためる。
- たまねぎ、にんじん、じゃがいもを加えていため、水と大豆を入れて煮る。
- じゃがいもに火が通ったら、Aを加え、水分が少なくなるまで煮る。
- 塩で味をととのえる。

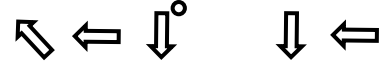
アメリカの代表的な家庭料理のひとつです。



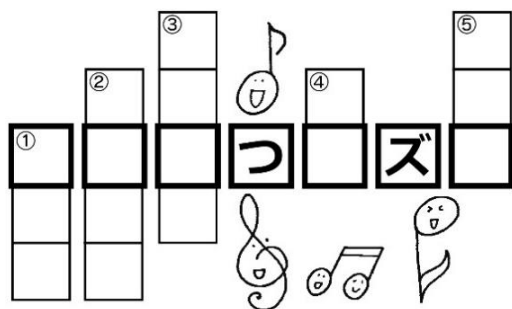
おいしい なぞとき

1. これは何を表している？（ヒント：熊本県の郷土料理）

名作老一左冷



2. 太枠の文字をつなげると出てくる言葉は何？



ヒント：

- にほん地図と〇〇〇地図。
- 朝に東からのぼって、西にしずむ。
- 夜遅くまで起きていること。
- サンタクロースが乗っているもの。
- 重さの単位。キロ〇〇〇。



「ゆだっ子ランチルーム」で答えてね！
クラスルームに入れない人は、池上先生へ聞きに来てください（^-）



ねんせい 6年生 リクエストこんだて

6年生に、卒業するまでもう一度食べたい給食こんだてのアンケートをしました。このアンケートは、福山市内の小学6年生と中学3年生を対象に、毎年実施されています。

今年度は12月から3月までの間に、希望の多かったこんだてが給食に取り入れられます。卒業生が選んだこんだてが1つでも多く取り入れられるよう、市内の栄養士や給食技術員の先生みんなでこんだてを考えていきます。給食をとおして学んだことや楽しかった思い出をふり返りながら、味わって食べてもらいたいです。

湯田小学校6年生アンケート結果

	1位	2位	3位
1. 主食 (ごはん・丼・パン・めん類)	揚げパン (86票)	キムタクごはん (56票)	ラーメン (39票)
2. 魚料理	えびのあられ揚げ (78票)	たこボール (76票)	魚のホイル蒸し (43票)
3. 肉料理	鶏のから揚げ (74票)	焼き肉 (42票)	肉じゃが (39票)
4. 大豆料理	みそしる (73票)	マーボー豆腐 (69票)	豚肉と大豆のかりん揚げ (61票)
5. 野菜料理	ナムル (70票)	ポテトサラダ (57票)	チーズサラダ (46票)

【学校給食の感想や思い出など】

- 毎日給食が楽しみで学校に来ていてめっちゃ美味しいので卒業しても食べたいです！（Sさん）
- 黒毛和牛がおいしかったです。（Nくん）
- 私は苦手なものも多いけど、栄養がそろっていて美味しい料理を作れる給食の先生方はすごいと思います。（Iさん）



- 僕らの身のまわりで起こる不思議な話です。僕がまだ実家に暮らしている時、給食でカレーライスが出ると、なぜか晩ごはんでもカレーライスが出てくるのがよくありました。結婚して実家ではなくなっても、給食にカレーライスが出ると、晩ごはんによくカレーライスが出てくるのです…。献立表はきちんとうちの人に渡しましょう！！（W先生）