

「食糧問題」を考える選択給食

日本の食料自給率や食品ロス問題について、当日の給食材料や前日の食べ残しを使ってお話ししました。日本はたくさんの食料を輸入に頼っているが、それと同じくらい大量の食料を捨てています。これらについて、少し考えてみてほしいと思います。



今回みなさんが選んだものの 自給率は？

主食		果物(今回はゼリーだけだね)	
★ゆかりごはん		★りんご	
米 99%		93~95%	
		(参)果物全体 27%	
★アップルロールパン		★オレンジ	
小麦粉 16%		0%	
		国内でも極わずかに生産されているが1%に満たない	

2023年データ



自給率を上げるためにできることは？

- ・旬の食べ物を食べる
- ・地元の食べ物を食べる(地産地消)
- ・お米を中心に野菜をたっぷり食べる
- ・食べ残しを減らす
- ・食べ物を取り巻く環境に興味を持つ

食品ロスを減らすためにできることは？

- ・「もったいない」の気持ちを忘れない
(食べ残しを減らせるように心がける)
- ・すぐ食べるなら、手前から買う
- ・賞味期限と消費期限を正しく理解
(自分の五感もフル活用して、判断できるように！)
- ・買い過ぎ・作り過ぎ・注文し過ぎない
- ・買い物前に在庫確認
- ・余分なものは寄付やおすそ分けを

国内外の 食べ物を取り巻く環境に 興味をもとう！



食べものに、
もったいないを、
もういちど。

NO-FOODLOSS PROJECT

身近な問題点に気づき、自分ができるところを考え、少しずつでもそれを実践できたら、と思います。

左のイラストは食品ロス削減国民運動のロゴマーク『ろすろん』です。『ろすろん』が笑顔になる日本になってほしいですね。