

給食だより

令和2年 12月
舞鶴市立福井小学校

減らしましょう！食品ロス

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨ててしまう食品のことです。食品ロスには、売れ残りや期限が切れたもの、調理の時の皮のむきすぎ、食べ残しなどがあります。食品ロスを減らすためには、家庭や社会全体でさまざまな取組を行う必要があります。



食品ロスはどこで発生しているの？

食品メーカー



小売店



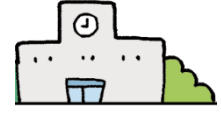
飲食店



家庭



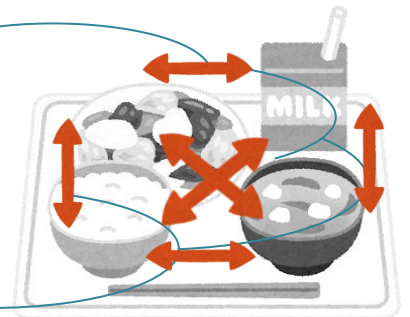
学校給食



食品ロスは、さまざまな場所で発生します。過剰生産やパッケージの印刷ミス、期限が切れた売れ残りなどのほか、飲食店や家庭、学校給食の食べ残しなども食品ロスになります。

福井小学校では…

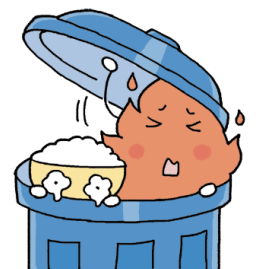
本校で特に食べ残しがあるのは、パンやごはんの主食です。
先におかずばかりを食べておなかがいっぱいになってしまい、
パンやごはんが後回しになったりしていませんか？
主食とおかずを順番に食べる「三角食べ」を意識してみましょう。



Q. どうして食品ロスが問題なの？

A. いのちを粗末にし、無駄なエネルギーを消費しているからです。

日本の食品自給率は低く、多くの食料を輸入しています。それにもかかわらず、大量の食料が捨てられています。食料そのもの、つまり命を捨てているだけでなく、食料をつくったり運んだりするために使ったエネルギーや、ごみを処分するためのエネルギーまで無駄に使ってしまっているのです。



自分でできる！家族と取り組む！

食品ロスを減らす工夫

食品ロスは食べ物が無駄になり、とてももったいないことです。食品ロスを減らすために、一人ひとりができることに取り組みましょう。

残さず食べよう！

家庭や学校給食、外食などでの食べ残しは、食品ロスにつながります。食べる時に料理の量を確認し、食べきれる量を盛りつけるようにしましょう。



買いすぎにご注意！

値段が安いからといって買いすぎてしまうと、結局使い切れずに腐らせてしまう原因となります。無駄を防ぐためにも、必要な分だけを買うようにしましょう。

買いすぎちゃだめ！



捨てるなんてもったいない！

余った食材は、工夫次第で使い切ることができます。消費者庁では、食材の使い切りレシピを公開しています。その中から「皮ピザ」を紹介します。活用してみてください。

【材料】余ったぎょうざの皮、ケチャップ、
好みの具（ツナ、コーンなど）、ピザチーズ

【作り方】

1. フライパンにぎょうざの皮を並べ、ケチャップをぬる。
2. 好みの具をのせ、ピザチーズをかける。
3. フライパンにふたをして、中火で5分加熱する。

(クックパッド 消費者庁の公式キッチン：
<https://cookpad.com/kitchen/10421939>)

