

食べ物の「もったいない」を減らそう！



国では、10月を「食品ロス削減月間」、10月30日を「食品ロス削減の日」と定めています。食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。現在、日本の食料自給率は約38%（カロリーベース）と、多くを海外からの輸入に頼っています。それにもかかわらず、年間約461万トンもの食品ロスが発生しています。これは、1人1日当たり、おにぎり1個分を捨てている量に相当します。まずは、身近なところから「もったいない」を減らしていきましょう。

※1：農林水産省（令和6年度） ※2：消費者庁・環境省・農林水産省（令和6年度）

給食時間にできること

1 協力して準備をし、食べる時間を確保する

食べているときも時間を意識しましょう

2 自分が食べ切れる量に調整する

体に必要な量をすることも大切です

3 食べ残しのないように、きれいに食べる

「お血ピカピカ」を目指しましょう

五感を使って味わうとは？

舌で味わう味覚

あまみ さんみ えんみ にかみ
甘味・酸味・塩味・苦味・うま味（5つの基本味）

目で見る視覚

いろ かたち おお も つ
色・形・大きさ・盛り付け

耳で聴く聴覚

かんだときの音

鼻で嗅ぐ嗅覚

におい・風味

皮膚や口の中で感じる触覚

おんど かた 温度・硬さ・なめらかさ

味覚ではなく触覚で感じるもの

- 辛み…唐辛子などのピリピリとした刺激や熱さ
- 渋み…濃い緑茶や渋柿などで、舌がキュツとする感覚
- 清涼感…ミントなどのスースーとした冷たさ



五感とは、味覚・視覚・聴覚・嗅覚・触覚の5つの感覚のことです。このうち舌で感じるのが「味覚」ですが、実はそれ以外の4つの感覚も、食べ物のおいしさに深く関わっています。五感を意識してみましょ

10月の給食のご紹介

20日（火）とんこつラーメン ～ いつもとちがうとんこつスープのラーメンをお楽しみください。

21日（水）秋野菜カレーライス ～ まいたけ、ぶなしめじ、かぼちゃが入ったカレーです。

ハロウィンババロア ～ ハロウィンのかわいいカップに入った、かぼちゃのババロアです。