



よこしよくだより

2018年10月23日
横瀬小学校



みのあきの季節がやってきました。暑さもやわらぎ、食欲も増してくる時期です。毎日を元気に過ごすために、栄養バランスのとれた食事を心がけて、秋の味覚を楽しみましょう。



知っていますか？

せかいしょくりょう 世界食料デー

10月16日は国連が制定した「世界食料デー」です。これをきっかけとして、10月は世界の食料問題について考えて行動する「世界食料デー」月間となっています。

世界では、すべての人々が十分に食べられる食料が生産されているのに、約8億1500万人の人が十分な食事を食べていません。その一方で、わたしたちは毎日おなかいっぱい食事を食べています。そして嫌いな物があると、つつい残してしまいませんか？

世界で毎日お腹を空かせながら生活している人々 **9人に1人**



世界では生産された食料の $\frac{1}{3}$ がムダに



10月16日 1・2年生がいもほいをしました。

1・2年生が春に植えたさつまいもをかせやまクラブの方々といっしょにほいおこしました！今年は暑い日が続いて、笑っているかどうか心配でしたが、たくさんとれました！



わたしたちにできること ~食品ロスを減らそう~



食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられている食べ物のことを言います。このような食品ロスを減らすことは、食料問題を解決するためにできる行動の1つです。



食品ロスを減らす活動 その1 食べ物を買いすぎない・頼みすぎない

おいしそうだから、ねだんが安いからといってスーパーでたくさんのお惣菜を買ったり、お店でついついメニューを注文しすぎたりしていませんか？たくさん食品や料理は、結局食べきれずに捨ててしまったり、残してしまったりして、食品ロスにつながってしまいます。きちんと食べきれる量の食品を管理できるようにしましょう。



食品ロスを減らす活動 その2 消費期限・賞味期限の違いを知る

- 消費期限・・・劣化が比較的早い食品に表示されています。「食べても安全な期限」のため、過ぎてしまったら食べない方が安全です。
- 賞味期限・・・比較的劣化が遅い食品に表示されています。「おいしく食べられる期限」のため、それを過ぎててもすぐに食べられなくなるということはありません。見た目やにおいなどで判断しましょう。



食品ロスを減らす活動 その3 残さず食べる

右の写真はある日の横瀬小学校の丸食缶です。全学年がきれいに全部食べてくれていました。これを毎日続けられれば食品ロスを減らすことができますね。



