



10月10日は
「こぶっちゃん給食」

令和5年10月
大田調理場



10月は「世界食料デー」月間です！

10月16日の「世界食料デー」をきっかけに、世界の飢餓や食料問題を考え、解決におきいて一緒に行動する月です。日本では、令和元年5月31日公布、令和元年10月1日施行の「食品ロス削減推進法」が制定されました。

日本は、食料を海外からの輸入に大きく依存しており、2021年度の食料自給率（カロリーベース）は38%となっています。しかしながら、日本では1人あたり1日おにぎり一つ分を捨てているという状況にあります。世界においても、人口が急増し、深刻な飢えや栄養不良などの問題が存在している中、大量の食品が廃棄されています。

このため、まだ食べることができる食品については、できるだけ食品として活用するようにし、食品ロスを削減させることが重要になっています。

外食の際には、食べきれない量を注文し、全部食べきろう



家にある食料を無駄にしないようにしましょう

買い物の時には使い切れる分だけ買おう

参考文献：農林水産省ホームページ

むだにしない、したくない減らそう食品ロス



裏に続きます→

10月10日は「こぶっちゃん給食」です



10月10日の「こぶっちゃん給食」では、美東町で栽培された「かぼちゃ」を使用しています。

かぼちゃは今から1万年前にはアメリカ大陸で栽培されていた野菜で、日本へは16世紀に豊後国(今の大分県)にポルトガル人がカンボジアから持ち込み、栽培が始まったとされています。

名前の付き方には諸説ありますが、「カンボジアから来た野菜」が「かぼちゃ」になったということです。



かぼちゃには、ビタミンAやビタミンCなどの体の抵抗力を強めてくれる栄養素がたくさん入っています。

「冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかない」という風習は、かぼちゃの持つ強い力に由来するものといえますね。

給食に使用するかぼちゃは美東町綾木地区で栽培・収穫されたものです。味わって食べてください。



～美祢市食育ネットワークからのお知らせ～

<美祢市食育ネットワーク会議が開催されました>

9月5日、市内の保育園、幼稚園、小学校、中学校、関係機関の食育担当者による会議が開催されました。会議では、各施設で実施されている食育指導内容や子どもの食に対する意欲等について意見交換しました。

4～5月に市内の年長児、小学5年生、中学2年生を対象にした食育アンケートによると、朝食を「毎日食べる・ほとんど毎日食べる」割合は、年長児94.1%、小学生84.2%、中学生78.9%で、年々ゆるやかに減少しています。

朝食は成長期に必要な栄養素を確保するだけでなく、成長期以降の生活リズムや食習慣につながります。子どもの頃から朝食習慣を身に付け元気に過ごしましょう。