

令和6年
(2024年)
10月

中
学
校

食通信

【発行・編集】 堺市教育委員会 学校給食課

毎月19日は
食育の日



10月は食品ロス削減月間です

まだ食べられるのに廃棄されてしまう食品を、「食品ロス」といいます。日本で食品ロス量は472万トン。これを国民一人あたりに換算すると「お茶碗一杯分(約103グラム)の食べ物」を毎日捨てていることになります(令和4年度の推計値)。これは、世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食料支援量(令和4年度で年間480万トン)とほぼ同等に相当します。

10月は国が定める「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」です。また、10月16日は国際連合が定める「世界食料デー」です。中学生の皆さんも賞味期限の近い物から買う等、できることから行動しましょう。



生活ごみの中でみつかった
「食べられなかった食品」

食品ロス削減とSDGs



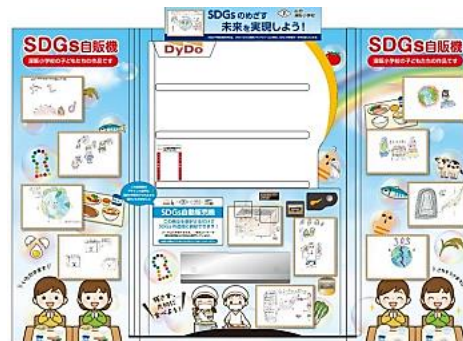
検索 SDGsって何だろう



ここ数年で、「SDGs」という言葉をよく聞くとおもいます。SDGs(エスディージーズ)とは「持続可能な開発目標(Sustainable Development Goals)」を略した言葉で、国際連合に加盟する国々が、2030年までに達成すべき17の目標です。現在、世界では気候変動、飢餓、紛争、感染症など、さまざまな課題を抱えています。これらを解決し、世界中のすべての人々が、安心して暮らし続けられる社会を目指すものです。堺市の身近なSDGsを紹介します。

食品ロス削減を図るSDGs自動販売機

賞味期限の近いドリンクを低価格で販売する自動販売機が現在堺市で2台設置されています。そのうちの1台は堺市中区平井の大阪太平商事株式会社前に設置されていて、深阪小学校とSDGs推進プラットフォーム会員のダイードリンク株式会社及び大阪太平商事株式会社が連携した取組です。深阪小学校の児童(現在6年生)が環境問題を自分事としてとらえ、ラッピングデザイン(SDGs・フードロスをテーマに描いた絵)を考え、社会や地域の一員として環境を守るための取組の一環として実践しています。商品購入時には、SDGsを啓発する子どもたちの音声ランダムに流れる仕組みになっています。このような地球にやさしい取組が広がることを期待されます。自動販売機の近くを通りかかる際はぜひ実物を探してみてください。



SDGs自動販売機のラッピングデザイン

(参考:堺市ホームページ)

10月

簡単レシピ!

「ガパオライス」



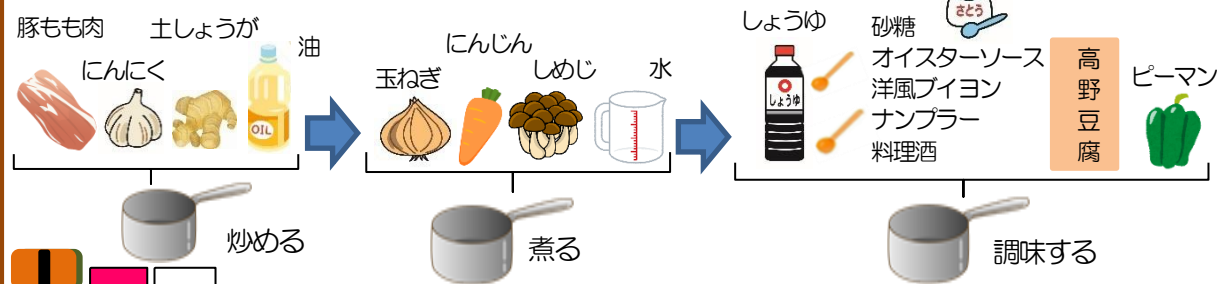
【材料(2人分)】

- | | |
|---------------|-----------------|
| ・豚もも肉・・・120g | ・ピーマン・・・10g |
| ・しめじ・・・20g | ・にんにく・・・0.8g |
| ・土しょうが・・・0.8g | ・にんじん・・・40g |
| ・たまねぎ・・・150g | ・高野豆腐(粒)・・・40g |
| ・油・・・適量 | ★洋風ブイヨン・・・4g |
| ★砂糖・・・小さじ2 | ★しょうゆ・・・小さじ1 |
| ★ナンプラー・・・小さじ2 | ★オイスターソース・・・10g |
| ★料理酒・・・小さじ1 | ・水・・・60ml |

【作り方】

- ① にんにく・土しょうが・たまねぎ・にんじんはみじん切り、ピーマンは粗みじん切り、しめじは2cm程度に切る。
- ② フライパンを熱し油を入れ、豚肉・にんにく・土しょうがを炒める。
- ③ たまねぎ・にんじん・しめじを加えよく炒め、水を入れ煮る。
- ④ ★の調味料で調味し、高野豆腐を入れる。
- ⑤ ピーマンを入れて十分に煮て仕上げる。

※高野豆腐は戻さず使用する。高野豆腐が水を吸うため水の量を調整する。



10月3日 実施献立



ガパオライス
ガイヤー
ビーフンスープ

新米の季節です

1年生道徳「日本のお米」を読みましょう!!

朝晩は涼しくなり、秋の訪れが感じられるようになりました。実りの秋には、様々な食材が旬を迎えます。お米も収穫時期を迎え、店には新米が並びはじめます。新米は、白くて艶(つや)があり、甘みのある香りが楽しめます。

新米と表示することにはルール(食品表示法の食品表示基準)があり、とれた年の12月31日までに精米され包装されたお米が、新米と表示できます。

1年生の道徳の教科書に「日本のお米」という教材があります。1年生はまだ学習していないかもしれませんが、一度読んでみてください。そして、新米を味わってみましょう。

