



10月食育だより

令和7年10月1日
上尾市立今泉小学校

◇毎月19日は食育の日◇

食欲の秋!旬の食材を食べて、食経験を豊富に!

9月下旬に入ってから、朝・晩は涼しくなり、日中も秋を感じられる日が増えてきました。『食欲の秋』と言われるように、子供たちはこの時期から給食をよく食べるようになってきます。旬の食材を取り入れた食事をして、好きなものばかりでなく、様々な食材に挑戦して食経験を広げていきたいですね。



『世界食糧デー』～私たちにできること～

10月16日は、世界の食料問題について考え、解決に向けて行動する日「世界食糧デー」です。国連食糧農業機関（FAO）の設立を記念して制定されました。

世界では、8億人以上の人々が飢餓に苦しむ一方で、生産された食料の約40%が廃棄されているという現実があります。「世界食糧デー」をきっかけに、私たちが毎日の食生活の中でできることから実践していきたいですね。



食品ロス*を減らすために

*食品ロスとは…本来食べられるにも関わらず、捨てられてしまう食品のこと。

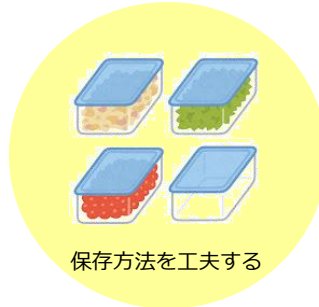
私たちができることの1つに、「食品ロス」を減らすことがあげられます。日本の食品ロスは、年間約464万トン発生しており、その半分以上が家庭から出ていると言われています。10月30日は「食品ロス削減の日」でもあります。食品ロスを減らすことは、環境負荷を軽減し、世界中の人々が十分に食べられる未来につながる重要な一歩です。



てまえどりをする



買い物の前に在庫をチェックする



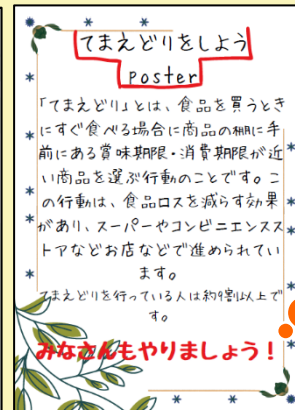
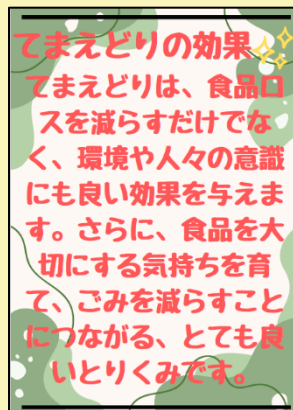
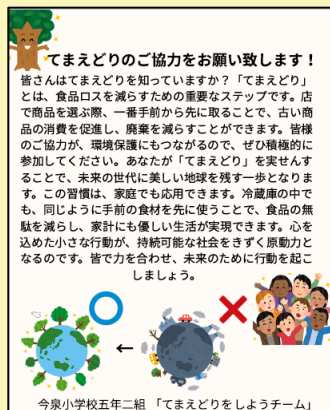
保存方法を工夫する



残さず食べる

5年生が総合的な学習の時間で ポスターを作成!!

5年生は上尾市のフードロス削減のために、グループに分かれて活動しています。「てまえどり」を呼びかけるチームがポスターを作成し、校内に掲示し呼びかけています。



お買い物の時はぜひ「てまえどり」を意識してみましょう!