

# スクールランチ

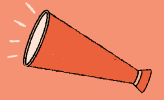
令和4年 10月 丹波市教育委員会

食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、実りの秋…楽しみが多い季節がやってきました。秋は新米をはじめ、さつまいも・栗・柿などたくさんのおいしい食べ物が旬を迎えます。自然の中で、多くの方々の苦勞があり、ようやく実った食べ物です。自然の恵みや作ってくださった方々に感謝していただきましょう。

10月16日は「世界食料デー」



## 食に関する問題を考えよう



### 01 世界の飢餓と貧困

2 飢餓をゼロに



「持続可能な開発目標(SDGs)」の一つに、「飢餓をゼロに」という目標があります。世界の穀物生産量は約26億トンで、これは世界のすべての人が十分に食べられるだけの食料だと言われています。それにもかかわらず、世界では、およそ9人に一人が慢性的な栄養不足になっています。飢餓や栄養不足をなくすことは、これからの時代を生きる私たちに課せられた大きな課題の一つです。



### 02 食料自給率の低い日本

主な国の食料自給率  
アメリカ フランス ドイツ 日本

132%

125%

86%

37%

出典：農林水産省「平成30年度食料需給表」

「食料自給率」とは、国内で消費される食品がどのくらい国内生産でまかなえているかを示したものです。日本は、多くの食品を外国からの輸入に頼っています。そのため、世界的な人口増加や収穫量の減少により、輸入することが難しくなったり、価格が上がったりすることも考えられます。食料自給率を上げるためにも、旬の食べ物を選んだり、国内でとれる食材を積極的に食べましょう。

### 03 食品ロスを減らすには…

「食品ロス」とは、本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。世界全体で年間約13億トン、日本では約522万トン(※)の食料が捨てられています。これは、日本人一人一日当たり、おにぎり一個分の食べ物を捨てている計算になります。世界でむだになる食料のうち、1/4を食料不足の地域に回すことができれば、世界中の人々が十分な栄養をとれるとも言われています。そこで、食品ロスを減らす方法を考えましょう。

※ 農林水産省及び環境省「令和2年度推計値」



#### 期限表示を正しく知る

##### ● 消費期限 ●

安全に食べることができる期限

※期限を過ぎたら食べないほうが良い

(例) サンドイッチ・ケーキなど

##### ● 賞味期限 ●

おいしく食べることができる期限

※期限を過ぎても食べられなくなるわけではない

(例) お菓子・缶詰・調味料など



#### 買い物・保存

- ・ 事前に冷蔵庫をチェックする。
- ・ 必要な分だけ買う。
- ・ 期限の近い食品から消費する。
- ・ まとめて下処理(冷凍・乾燥)をし、長持ちさせる。

知ってほしい

#### フードドライブ

家庭で余っている食べ物を持ち寄り、地域の福祉団体やフードバンクに寄付する取り組みです。

必要としている人に食べ物を届けるとともに、食品ロス削減の方法の一つとして注目されています。

「食」は生きるために欠かせないものです。自分たちができることから取り組んでみましょう。

- ・「食」の探求と社会への広がり 文部科学省(令和3年度3月)
- ・新食育ブック②食事マナーと環境 少年写真新聞社(2019年)