

いただきます～す



令和 7 年 10 月号

・和歌山県食育推進月間
・地産地消と食料自給率
・食品ロス削減月間

田辺市立城山台学校給食センター

和歌山県では、食育活動の継続性を高めるため、毎年 10 月を「和歌山県食育推進月間」と定めています。食育は生きる上での基本となるものです。学校でも、給食の時間や教科等の時間、教育活動全体の中で食育を推進しています。この機会に、ご家庭でもぜひ意識して取り組んでください。



〇●〇 地場産物と地産地消 〇●〇

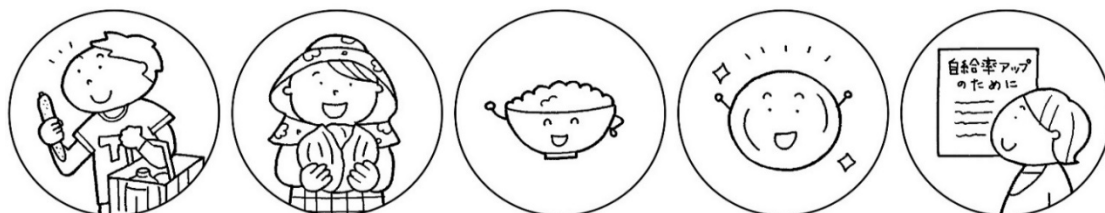


地場産物とは、地域でとれる食べ物のことです。そして、その地場産物を、地域で消費しようとする取り組みを「**地産地消**」と言います。学校給食は、地域の生産者さんによって生産された新鮮な食べ物をたくさん使っています。使う食べ物は、季節によって変わりますので、毎月配布している「ふるさと和歌山食週間」を参考に、献立の中から探してみてくださいね。

多くの食べ物を外国からの輸入に頼っていると、世界のできごとの影響を受けやすくなります。安心して食べるためには、**食料自給率**（国内で消費される食品が国内の生産でどれくらいまかなえているかを示す指標のこと）についても考える必要があります。令和 5 年度時点では 47%と、先進国の中で最低の水準になっています。

食料自給率アップの取り組み

- ①今が旬の食べ物を選ぼう
- ②地元でとれる食材を食べよう
- ③ごはん中心のバランスのよい食事をしよう
- ④食べ残しを減らそう
- ⑤自給率向上の取り組みを知り、応援しよう



食料自給率向上のために、自分たちにできることをしましょう。

地産地消



10 月は食品ロス削減月間

日本の食品ロスの量は、年間 464 万トン（令和 5 年度推計）です。これは、一人当たりが毎日お茶わん半分のごはんを捨てているのと同じ量になります。家庭から出る食品ロスの発生要因は、「食べ残し」、「手つかずの食品（直接廃棄）」、「皮の剥きすぎ（過剰除去）」などがあります。

食べ物を作るときにはたくさんの水や燃料が使われます。食品ロスを廃棄するときにも、ごみとして燃やす費用や CO2 が排出されます。このため、食品ロスが増えると、環境に様々な悪影響があります。

大切な食べ物を無駄にしないために、このおたよりをきっかけに、食品ロスについて考えてみませんか？

ちなみに…

城山台学校給食センターの食品ロスは、

26 トン → 26 トン → 24 トン

（令和 4 年度） （令和 5 年度） （令和 6 年度）



農林水産省
食品ロス削減国民
運動のロゴマーク 「ろすのん」

給食おすすめレシピ

☆秋味ミネストローネスープ☆

材料（4人分）

鶏肉	60 g
玉ねぎ	1/2 個
トマト	1/2 個
じゃがいも	1 個
さつまいも	1/4 本
にんじん	1/4 本
しめじ	40 g
パセリ	少々
塩	2 g
しょうゆ	小さじ 1
コンソメ	小さじ 1
（3 g）	
ケチャップ	大さじ 1
酒	小さじ 1
水	800 cc

作り方

- ①材料を切る。鶏肉は一口大、玉ねぎ・トマト・じゃがいも・さつまいも・にんじんは、さいの目切り、しめじはほぐす。パセリはみじん切りにする。
- ②鍋に油（分量外）をひき、鶏肉、じゃがいもと玉ねぎとにんじんを炒める。
- ③玉ねぎが少ししんなりしたら、鍋に水としめじとさつまいもを入れ、火にかけてひと煮たちさせる。
- ④じゃがいもに火が通ったら、トマトと A を加える。
- ⑤最後にパセリを散らす。

