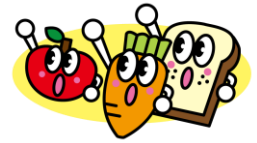




2026年 10月号

美深町学校給食センター

食べ物の「もったいない」を減らそう！



国では、10月を「食品ロス削減月間」、10月30日を「食品ロス削減の日」と定めています。食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。現在、日本の食料自給率は約38%（カロリーベース）※1と、多くを海外からの輸入に頼っています。それにもかかわらず、年間約461万トン（推計値）もの食品ロスが発生しています※2。これは、1人1日当たり、おにぎり1個分を捨てている量に相当します。食品ロスを減らすことは、地球環境を守り、限りある資源を大切にすることにつながります。まずは、身近なところから「もったいない」を減らしていきましょう。



※1：農林水産省（令和6年度） ※2：消費者庁・環境省・農林水産省（令和6年度）



給食時間にできること



1 協力して準備をし、食べる時間を確保する



食べているときも時間を意識しましょう

2 自分が食べ切れる量に調整する



体に必要な量を
知ること大切です

3 食べ残しのないように、きれいに食べる



「お皿ピカピカ」を
目指しましょう

「味覚の秋」がやって来た！ 五感で味わい、食事を楽しみましょう



舌で味わう味覚  あま み さん み えん み にが み 甘味・酸味・塩味・苦味・ うま味（5つの基本味）	目で見える視覚  いろ かたち おお も つ 色・形・大きさ・盛り付け	耳で聴く聴覚  かんだときの音	鼻で嗅ぐ嗅覚  におい・風味
皮膚や口の中で感じる触覚  おん ど かた 温度・硬さ・なめらかさ	味覚ではなく触覚で感じるもの  ● 辛み…唐辛子などのピリピリとした刺激や熱さ ● 渋み…濃い緑茶や渋柿などで、舌がキュツとする感覚 ● 清涼感…ミントなどのスースーとした冷たさ		