

# しよくいく 食育だより



令和2年度

# 10月

城東小 食育キャラクター

あさばん 朝晩すずしくなり、きもちのよい季節になりました。  
 しよくよく あき 食欲の秋、スポーツの秋、あき 読書の秋…と秋は何をするにもよい季節です。  
 みの あき むか 実りの秋を迎え、きょうしやく 給食にもたくさんの秋の食材が使われています。

## これからおいしくなるよ! 秋冬の野菜

あき お 秋の終わりからふゆ 冬にかけておいしくなるやさい 野菜の楽しい川柳を紹介ししょうかい します。  
 きゅうしやく 給食にもどんどんとうじょう 登場します。

だいこんは 生よし煮てよし 漬けてよし

性格も まっすぐになりそう 冬ごぼう

りんかくでわかるよ だんしゃく、 \_MAKEIN\_

顔色もよくなる にんじん ベータカロテン

はくさいの 身をひきしめる 冬の北風

ほうれんそう 寒くなるほど 甘み増し

ぼくは花の子 つぼみを食べる ブロッコリー

白い足 長さを競う 根深ねぎ

参考文献:「さいたま農産物かるた」

## 10月は、「食品ロス削減月間」です。

令和元年10月1日より「食品ロスの削減の推進に関する法律」が施行されました。



食品ロス削減国民運動シンボルマーク ろすのん

## 考えよう! 食品ロス

～食べられるのに捨てられてしまう食べ物～

年間東京ドーム16杯分!



現在日本で食べられるのに捨てられてしまう食べ物は年間約646万トン。一人1日お茶わん1杯分の食べ物が捨てられています。

僕たち私たちにできること



食べる時間をしっかりととり、苦手なものでもひと口は食べてみよう!

みんなで考えたいこと



買いすぎず、あるものは使い切り、食べきる工夫をしよう!

みんなで、できることから取り組んでほしいのん!



参考:農林水産省『食品ロスの削減に向けて』(平成30年4月)、政府広報オンライン(平成28年10月11日)

夏休みの食育宿題で城東小学校食育キャラクターを募集しました。たくさんの作品が集まりました。その後、児童全員が投票し、今年度の城東小学校給食キャラクターが選ばれました。

