



こめっこ

～学校給食だより～

令和5年(2023年)10月号外
食品ロス削減の日特集号



10月は「食品ロス削減月間」10月30日は「食品ロス削減の日」

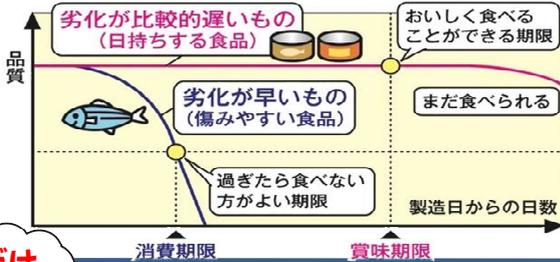
食品ロスとは、まだ食べることができるのにゴミとして捨てられてしまう食品のことで、日本では年間で約522万トン(※農林水産省・環境省「令和2年度推計」)もの食品ロスが発生しています。この量を国民1人当たり換算するとお茶碗1杯分の食べ物(約113g)を毎日捨てていることとなります。食品ロスを減らすためにできることから始めてみませんか？



買い過ぎない

- 家にある食材・食品をチェックし、使いきれ的分だけ買う。
- すぐ使うなら、消費期限・賞味期限の近いものを買う。

消費期限と賞味期限のイメージ



できるだけ



- 冷蔵庫や食品庫の整理整頓をし、何があるか把握しやすくする。
- ① 食品を種類ごとに分ける。
- ② それぞれの置く場所を決める。
- ③ 詰め込みすぎず、フリースペースを作る。
- ④ ストックのルールを決める。



3つのコツ

食べ残さない

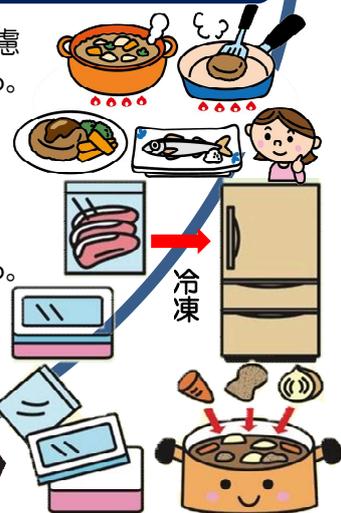
- 作った料理は早めに食べきる。
- 自分が食べられる量を考え、食べる前に調整する。



食品ロス削減

作り過ぎない

- 家族の予定や、体調を考慮し、食べきれ的分を調理する。
- 新鮮なうちに冷凍するなど、保存方法を工夫する。
- 在庫一掃の日を決めて、残った食材・食品を食べ切る。



大切にしよう！「もったいない」の心

もったいないという言葉には、最後まで大切に使う、食べ物を残さず食べるといった、昔から大切にしてきた心がつまっています。「もったいない」の心を忘れずに、未来に向けてできることから取り組んでみましょう。



10月30日(月)

食品ロス削減献立

米子市の取組 クリーン推進課

第4次米子市一般廃棄物処理基本計画【抜粋】

家庭系食品ロスの削減

- 直接廃棄の削減のため、期限表示の正しい理解について啓発に努めます。
- 「ローリングストック法」の周知を図ります。
- 「食品ダイアリー」などの普及啓発に努めます。

事業所系食品ロスの削減

- 「3010 運動」について開発を行い、宴会時の食品ロスの削減を図ります。
- 市民に対し、食品関連業者が行う食品ロス削減に資する取組について普及啓発を行い、理解を促進します。

学校給食での取組 学校給食課

- 食育指導や配膳量の工夫などをおして、削減に取り組みます。

豆腐を作るときにできる「おから」を使ったサラダです。

～当日の献立～

- ・米飯
- ・牛乳
- ・おろしソースハンバーグ
- ・おからサラダ・豆腐の味噌汁

当日はできるだけ野菜の皮を薄くむきます。

