



〇〇小学校 給食だより

令和7年10月17日



パクパク通信 10月号

文責：栄養教諭 松井映美

※この「パクパク通信」は、山田小の中川と海老津小の松井が担当しています。



つきみ 秋の年中行事 月見

月見は、旧暦の8月15日に美しい月を眺めながら、秋の収穫物を供えて感謝をする行事です。「十五夜」や「中秋の名月」とも言います。月見の時には、月見団子や里芋などを供えます。

今年の十五夜は
10/6(月)でした。



10月は「食品ロス削減月間」です

「食品ロス」とは、まだ食べられるのにゴミとして捨てられる食品です。

日本では、年間約464万トンの食品ロスが出ています。(令和5年推計)

毎日、ひとりがお茶碗1杯分の食べ物を捨てている計算です。食品ロスを減らすためには、それぞれの家庭で取り組むことが大切です。



★「食品ロス」の何が問題なの？

食品ロスが増えると、ゴミの処理に多額の費用がかかったり、可燃ゴミとして燃やすことでCO₂の排出量が増えたり、大切な食べ物が無駄になったりします。



☆「食品ロス」を減らすために

「買いすぎない」「使い切る」「食べきる」の3つのポイントを意識するだけでも、食品ロスを減らすことができます。



買いすぎない

- 家庭にある食材や食品をチェックしておく。
- 必要な分だけ買う。
- 買い物をするとき、すぐに使う物は手前から取る。



使い切る

- 賞味期限と消費期限の違いを知っておく。
- 野菜などの廃棄を少なくして無駄なく使う。(皮・茎の利用)

消費期限

食べても
安全な期限



賞味期限

おいしく食べる
ことができる期限



食べきる

- 食べきれる量を考えて作りすぎない。
- 残った料理はリメイクする。

