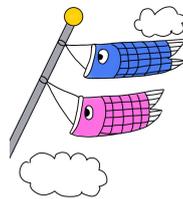


5月 食育だより



2021.4.30 若草中学校健康指導部

文責 白土

新学期が始まって早くも1ヶ月がたちました！暖かい風がふく、気持ちの良い季節ですが、新しい環境で疲れが出やすいときです。連休明けも、元気よく学校生活を送れるように、早寝早起き朝ごはんを心がけましょう。

若中生のみなさん

きちんと手を洗っていますか？

先日放送でお知らせしたように、今後はクリーンウェットを使用しなくなります。給食前には、石けんでよく手洗いをして、ハンカチでふく習慣をつけましょう。

しかし、4月28日に保健委員会が実施した生活チェックでは、まだまだハンカチを忘れていた生徒がいるようです。手を洗う場面は、給食だけでなく、トイレの後、外で遊んだ後、掃除の後など色々あります。そんな時にポケットからハンカチの出せる中学生はとっても素敵に見えます。

また、みんなの給食を配膳する給食当番は白衣と帽子を身につけています。みんなに給食を配る責任のある仕事なので、身じたくを整えて、食べ物に髪の毛やホコリが入らないようにしましょう。



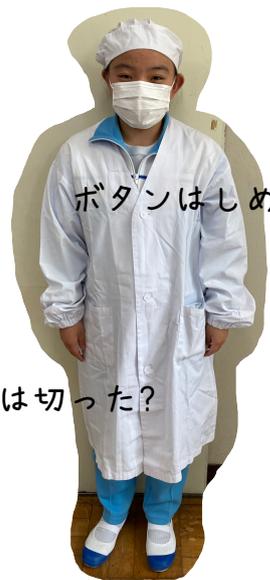
持っています！



給食当番さん

きちんと着ていますか？

髪の毛は出てない？



ボタンはしめた？

爪は切った？

先生も持っています！

食の視点で考えるSDGs ~食品ロスについて~

12 つくる責任
つかう責任



SDGsは「持続可能な開発目標」の略称で、世界が共通して解決しなければならない福祉、環境、教育などの課題を17の目標で示したものです。みなさんも、どこかで目にしたことがあるのではないのでしょうか？この目標のうち、12番目の「**つくる責任、つかう責任**」に「2030年までに世界全体の1人あたりの食料の廃棄を半減させる」という目標が挙げられています。

それを受け、日本では令和元年に「**食品ロスの削減の推進に関する法律**」が施行されました。

そこで今回は、**家庭でできる食品ロスを減らすためにできることを**紹介します。

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 買いすぎない | 買い物に行く前に在庫をチェックしよう。必要な分だけ買うことがロスを減らす！ |
| <input type="checkbox"/> ごみをへらす | 野菜の皮など、食べられる部分を工夫して食べよう。皮に近い方が栄養があるよ！ |
| <input type="checkbox"/> 作りすぎない | 作りすぎて食べきれなかった食材は冷凍して保存し翌日以降消費しよう！ |

以上の3つは、保護者の皆さまだけでなく、生徒のみなさん1人ひとりも行えることです。**食べきれない量を買わない、好き嫌いで残さない**などできることから取り組みましょう。小さな積み重ねが、食品ロスの大きな削減につながっています。まずは自分が、と行って行動してみましょう。