



10月 食育だより

令和7年度

御船町学校給食センター

ようやく暑さが和らぎ、朝晩は秋の気配を感じられるようになってきました。

学問、スポーツ、芸術、読書など秋はさまざまな活動に打ち込み、才能を伸ばすのにぴったりな時期です。また、さつまいも、きのこ、かきなどおいしい食べ物がたくさん出回ります。実りの秋に感謝して、よく味わいながら食べたいですね。

世界で作られた食べ物の
40%が捨てられている

食品ロスについて考えよう！

今月は、食品ロス月間です。また10月16日は世界食糧デー、10月30日は食品ロスの日となっています。

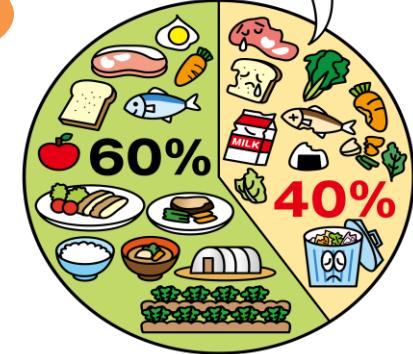
世界中で作られた食べものの約40%が捨てられている現実もあります。改めて、食べることや食事を作ることなどで、自分たちに何ができるかをもう一度考えてみませんか？

食品ロスとは？

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられる（廃棄される）食品のことです。

日本では、まだ食べられるのに廃棄される食品、いわゆる「食品ロス」は一年間に464万トン（※）になり、主に家庭からと、スーパー・レストランなどの事業者から出される廃棄の2種類に分けられます。

※農林水産省及び環境省推計（令和5年度）



「日本の食品ロス」

464万トン

家庭系



231万トン

事業系



233万トン

国民一人一人が、毎日おにぎり 1個分の量を捨てている

また、食品ロスを国民一人当たりに換算すると「おにぎり1個分（約102g）の食べもの」が毎日捨てられていることになるのです。「もったいない」と思いませんか？



世界の食料支援量より多い、日本の食品ロス量

これは、世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた一年間の世界の食料支援量（国連WFP協会（年次報告書2021）よりも多い量です。



食品ロスが与える影響は？

食べられるはずのものが捨てられるだけではなく、ゴミの焼却にともなう環境問題も深刻です。特に、水分を多く含む食品の焼却には多くのエネルギーが必要なうえ、処理費用も掛かります。また、焼却時には二酸化炭素(CO₂)が排出されます。もし、食品ロスを100トン削減できれば、46トンもの二酸化炭素を削減できます。



食品ロス削減のためにこれからできること

- ① 買い物では、消費期限の早い物から買う、必要以上に買わないなど
- ② 調理では、食べられる分だけ作り、作りすぎたら再度調理をして捨てない
- ③ 食べる時には、食べられる分だけとり食べる
食べられるものを残してゴミにすることに、もったいないという意識を持ちたいですね

出典：「食品ロス削減ガイドブック」（消費者庁）