食育だより

令和８年度 10 月号

発行元 学校給食センター

毎月１９日は食育の日

HP　インスタグラム @sanyo_onoda.kyushoku





10 月も中旬になり、秋が深まってきました。スポーツの秋、読書の秋、そして食欲の秋です。規則正しい生活とバランスのよい食事で、免疫力を高め、元気に秋を過ごしましょう。



「ふるさと学習」～給食センターへ～

10 月９日（金）に小野田中学校の生徒がふるさと学習で地域と SDGs の繋がりをテーマに給食センターを訪れました。生徒たちは、少し緊張した面持ちでしたが、見学窓から給食ができる様子や建物の外から施設の見学を行い、普段見ることのできない現場を見て黙々とメモをとっていました。また、調理員さんが実際に使っている器具の体験では、「重たい」などの感想が聞かれました。学校に戻ってからは 10 月 24 日の文化祭での発表に向けて、資料作成に励んでいるそうです。









～食品ロスをなくしましょう～

令和元年５月 31 日に「食品ロスの削減の推進に関する法律」が公布されました。国や企業、消費者などが連携して食品ロスの削減を推進することが定められています。この法律で、10 月は食品ロス削減月間とし、10 月 30 日は食品ロス削減の日とされています。

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。
ご家庭でも、買いすぎず、すぐ使う食材は手前から取り、あるものは使い切るなど、
食べきる工夫をしましょう。みんなで食品ロスのない世界へ！



出典：消費者庁

ポイント　似ているけれど全然違う　**消費期限**　と　**賞味期限**

消費期限

品質の劣化が早い食品に表示される「安全に食べられる期限」。期限をすぎた場合は、食べない方がよいでしょう。



賞味期限

品質の劣化が比較的遅い食品に表示される「おいしく食べられる期限」。期限をすぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。



※消費期限や賞味期限は未開封の状態で定められた方法により保存した場合の期限です。
一度開封したら早めに食べましょう。

「10 月 13 日」は国際防災デー

国際防災デーは、世界中で防災意識を高め、自然災害による被害を減らすために国連が定めた記念日で、毎年 10 月 13 日です。

防災給食は日々当たり前に食べられている食事ができなくなったときでも、「生きるために、食べることの大切さ」を感じてもらうための取り組みです。

児童・生徒の皆さんはどのような感想を持たれたでしょうか。ぜひご家庭で話題にし、防災や非常食について考えるきっかけにしていただきたいです。

また、今回は、初めての試みとして、児童生徒本人がシャカシャカして作る揚げパンを提供しました。児童生徒の様子を掲載します。



【献立】
シャカシャカ揚げパン、牛乳、救給カレー
フルーツヨーグルト



甘くておいしい👍



シャカシャカ楽しい！



親子食育料理教室を開催します！

今回は、**給食で人気の「チキンチキンごぼう」を作って食べよう**をテーマに開催します。

親子で楽しく学校給食について学んで、給食の人気メニューを作ってみませんか？



【日時】11 月 28 日（土）９：00～13：30(受付８：45～)

【申込方法】右の二次元コードを読み取り、フォームに入力し送信してください。

参加希望の方は、11 月８日(日)までに申込みをお願いします。





【参加費】１人 500 円(食材料費)

【定員】20 人程度

※応募者多数の時は抽選とし、抽選の有無にかかわらず参加の可否は後日郵送で通知いたします。開催３日前までに届かない場合はご連絡ください。

【持参物】エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、上履き(子どものみ)、参加費、お茶等(水分)