

10月給食だより

令和4年9月27日
小金井市立小金井第二中学校
校長 栄 養 士

10月『世界食料デー月間』 給食でSDGs！食べ物を大切にしよう！

10月は、『世界食料デー月間』です。食事から地球問題に取り組む、国連のキャンペーンです。

皆さんは、毎日安心して給食を食べることができていますが、今この瞬間も、食べ物がなく、命の危険にさらされている人が、同じ地球上にいます。

更に、新型コロナウイルスや自然災害の影響の上に、今年、ウクライナへの軍事侵攻という平和問題から、世界的な食料不足が問題となっています。

大切なのは、『自分ができること』から始めること！

一つの解決策として、『SDGs (エスディーズ -ズ) (持続可能な地球を守るための開発目標)』を学び、自分の生活と結びつけていくことがあります。

普段から、『給食で大切にしていることが、SDGsにつながるよ！』と伝えてきました！
今月は、改めて、『給食でSDGs！』を考えて欲しいと思って、献立を用意しました。



食べて応援！国産食材！

10月21日 鯛めし

この日の養殖の鯛（たい）とお米（コシヒカリ）は、大切に育てられた国産食材です。

新型コロナウイルスで外食をする人が減って、余る食材を国が買い取り、給食で食べてもらおう！という取り組みで提供してもらいました。

生産者を守ること、捨てられる食材を無駄にしないことを意識して食べよう！



食べて考えよう 国際問題

10月18日 ウクライナのメニュー

小麦などの穀類を世界中に輸出していたウクライナその豊かな大地は、今、戦火が広がっています。

平和の中でこそ、豊かな食生活が成立することを考えて食べよう。



小金井野菜を食べよう！

今月もたくさんの小金井野菜を使っています！
いわゆる「地産地消」ですね。
どんな SDGsにつながるかな？

- ① 配達にかかる経路（フードマイレージ）カット
- ② 地域の緑地の確保⇒ CO2のカット！
- ③ 地域の活性化 農家のみなさんのやりがい

小金井の
玉ねぎ農家さん！

小金井のこども
たちが食べてく
れると、やりが
いがわくよ！



和食で健康になろう！

和食は「ユネスコ世界文化遺産」です！
 自然を大切にする日本の食文化と健康的で
 栄養バランスがとれた食事であるところが
 評価されました。そんな世界に誇る和食を
 ぜひ積極的に食べましょう！

お米、そして
 旬の野菜と魚
 を中心の和食
 を用意したよ



給食をきちんと食べて、
 自分を大切にすることから始めよう！



チャレンジ！給食でSDGs！



国連？世界平和？環境問題？・・・

テーマが大きすぎて、何だか難しいと思いませんか？

大切なのは、一人ひとり出来ることから始めること！

毎日の給食の時間にも、SDGsにつながる事がたくさん

あるよ！10月の給食を食べながら

自分が出来たことに、〇をつけてみよう



		3		3	7	12		15	11	13
て 手を洗った										
こがねい やさい 小金井野菜を 食べた！										
ちさんちしょう 地産地消のよさ を3つ以上 いえる										
しゅん しょくざい 旬の食材 を食べた										
きゅうしょく 給食を 残さず食べた 更に ご飯粒 まで残さない										
せかい へいお 世界の平和 と食料問題を考えた										
にがてなべもの 苦手な食べ物にトライした										
きゅうしょく しょくじ とお 給食や食事を通して 自分を大切にしようと思った										
ごみ ゴミをきちんとわけた										

いくつか〇がついたかな？ほかにSDGsにつながることを考えてみよう！
 おうちの食事でも意識して行動してみよう。



平素より、学校給食にご理解 ご協力いただきましてありがとうございます。
 10月の給食費 定期振替のお知らせです。
 振替日程：令和4年10月5日（水） 振替金額：5449円
 前日までにご登録口座の残高確認をお願いいたします。