

* 給食だより * 10月

朝晩の心地よい風に、確かな秋の訪れを感じる季節となりました。すがすがしい秋晴れの日が増え、こどもたちは、外遊びやスポーツなど、思いきり体を動かして元気に過ごしています。10月は「実りの秋」といわれるように、さつまいもや栗、きのこ、新米など、美味しい旬の食材が豊富に出回る時期です。たくさん体を動かしてお腹をすかせたこどもたちが、秋の恵みに感謝しながら、毎日楽しく給食を食べられるような献立を届けてまいります。



10月16日は「世界食料デー」です！

世界食料デーとは、世界の1人ひとりが、基本的人権である「すべての人に食料を」のもとに、世界で広がる栄養不良や飢餓、極度の貧困を解決していくことを目的とし、国連が制定した日です。

これを機に、食糧問題の解決について調べたり、周りの人たちと話し合ってみたりして、解決に向けて何ができるのか考えてみましょう。



たくさんの食品が捨てられている「食品ロス」

世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食料支援量は、年間370万トン（2023年）です。一方、日本の「食品ロスの量は、年間464万トンですが、これは、食料支援量の約1.3倍になります。1人ひとりができることから、食品ロス対策を始めいくことが大切です。



©少年写真新聞社2025

身近なところから始める食品ロス対策

家にある食材をチェック



事前のチェックで、無駄な買い物を防げます。

すぐ食べる時は手前から



棚の手前にある、期限の近い物をとります。

賞味期限は過ぎても食べられる



すぐに食べられなくなるわけではないので、大人の人に相談してから食べましょう。

青森県の郷土料理せんべい汁

江戸時代、青森県南部藩の冷害に苦しむ農民が米の代わりに小麦粉で「南部せんべい」を作ったのが始まりといわれています。明治以降、南部せんべいをちぎり、季節の野菜や肉の汁物に入れる

「せんべい汁」となりました。八戸では、白菜の代わりにキャベツを入れる家庭もあるそうです。

給食では、旨味が出るごぼうや大根、人参、しめじなどの野菜がたっぷり。さらに鶏肉と油揚げを加えておいしさアップ！ぜひ、青森県の郷土料理を味わってください。



10月31日はHALLOWEEN

ハロウィンって何？

10月31日は、「ハロウィン」です！元祖は、古代ヨーロッパのケルト人が行っていた、秋の収穫を祝うお祭りが起源だといわれています。一年の恵みに感謝するとともに、悪霊を追い払うという大切な意味がありました。

ハッピーハロウィン！



秋の恵みをたっぷり味わおう！

日本では、仮装を楽しむ日として親しまれていますが、もともとは、自然の恵みや食べ物に感謝する日です。秋はかぼちゃをはじめ、さつまいもやきのこなど、美味しい食材がたくさんとれる季節です。